# SAGGIO
## SULLE MALATTIE NERVOSE
AD USO DEGLI INESPERTI
NELLA SCIENZA MEDICA

D I

GIO. GASPERO
STUNZER

CONSIGLIERE IMPERIALE E REALE
E MEDICO DI CORPO DI S. M.
L'IMPERATORE E RE APOST. ec. ec.

VIENNA 1783.

*Tradotto dal Tedesco.*



FIRENZE MDCCLXXXIII.

Nella Stamperìa di GIUSEPPE TOFANI sulla
Piazza de' Pitti all'Inſ. della CONCEZIONE.
*Con Licenza de' Superiori.*



# PREFAZIONE.

*LE Malattíe Nervose divenute quasi di moda hanno sempre risvegliato la mia attenzione. Le osservazioni, che io feci fin da otto anni, parte in questo Spedale Civico, parte per la mia pratica privata eccitarono in me il desiderio di raccorre ancora notizie essere, se sotto un diverso clima regni l' istesso male, e quali rimedj preferibilmente si apprestino. Lo feci quando ebbi l' alto onore di accompagnare per due anni nei suoi Viaggi* S. A. R. IL SERENISSIMO ARCIDUCA MASSIMILIANO. *Questa occasione mi fu molto grata, potendomi abboccare coi Medici i più intelligenti sull' origine e frequenza delle Malattíe Nervose nei diversi Paesi, e sopra i mezzi di curarle. La mia attenzione si raddoppiò al*

*mio ritorno; trovai che ordinariamente un ſavio regolamento di vita unito a pochiſſime medicine faceva più effetto di qualunque profuſione di medicamenti il più delle volte applicati ſuor di tempo.*

*Speſſo addiviene che i malati ſteſſi per loro colpa rendono, ſenza ſaperlo, il loro male incurabile. Eglino adoperano tutto, e ſi rovinano più che mai; ſolo non ſi appigliano ad una regolata maniera di vivere, che è la coſa più ſalutevole e neceſſaria. A por riparo ad ambedue queſti mali è deſtinato il preſente Opuſcolo che è il riſultato delle Oſſervazioni di ſedici anni. Io inſegno ai Lettori non Medici, perchè ſiſſatta dottrina poſſa eſſer loro intelligibile ed utile: la deſcrizione dei ſintomi li convincerà dell' attual preſenza di queſta malattía; il metodo aſſegnato per la cura li preſerverà dall' abuſo di confondere inſieme i dannoſi cogli utili rimedj, ed il preſcritto metodo di vita li metterà in ſtato di poterſi guidare da ſe medeſimi.*

*In conſeguenza di ciò ſi rende inutile la preſcrizione delle Ricette, l' aſſegnar*

*gnar la dose, come pure l' esecuzione di tante mediche imposture. Perciò ho omesso e l' uno e l' altro, pensando che simili prescrizioni sarebbero inutili agl' intelligenti dell' arte, e forse dannose al mio Lettore per cui principalmente intraprendo di scrivere. Il non sapere le cose che a mezzo, conduce in labirinti, ed il conoscerle perfettamente, esige quasi un intero corso di Medicina. Lo sviluppare tutte le diversità dei casi, circostanze ed aggiunti, delle cagioni e degli effetti è impresa che richiede maturo giudizio, e lunga esperienza. Non ad altro dunque tende il mio scopo, che a consigliare al mio Lettore rimedj, che nocumento non rechino in verun caso, ma in quasi tutti apportino utilità. Di questi dunque potrà servirsi l' ammalato con sicurezza, essendoli necessario un pronto ajuto, ovvero accorgendosi che i più scelti medicamenti si rendessero infruttuosi. Non faccia specie a taluno che i miei prescritti rimedj siano per lo più dei più facili, e meno dispendiosi: la natura non si pasce della nostra imaginazione; basta che*

*gli accidenti vengano moderati, e finalmente tolti del tutto. Non rigetto per questo altri preziosi medicamenti: essi possono esser bene adattati alle circostanze; ma convien prenderli dalle mani di Medici intelligenti: Al mio Lettore che non è assuefatto a ponderar gli accidenti, e a separargli l' uno dall' altro, non farebbero alcun servizio.*

*Se mai sono arrivato al mio intento, se mai in qualche luogo si risolvesse un Lettore di vivere a norma della mia prescrizione, rigettando da se tanti rimedj dannosi, che fino ad ora hanno aumentato il suo male. Se egli si attiene ai medicamenti salutiferi ed efficaci, se finalmente sente i suoi accidenti mitigati, e col tempo tolti del tutto, io sono abbondantemente premiato della mia fatica.*



# DESCRIZIONE
## DELLA MALATTIA
## IPOCONDRIACA ED ISTERICA.



Si contano generalmente tra le Malattíe Nervose tutti quei straordinarj accidenti, che presso alcune persone nascono da cause così leggieri che gli Uomini sani o non ne soffrono niente, o ben poco.

Ogni dolore infatti che attacca i nostri nervi, non deve subito dichiararsi per malattía nervosa: chi metterebbe il dolore cagionato da nociva flussione di denti nella classe di questa malattía? Bisogna che da una parte si unisca un'insolita disposizione de' nervi, dall'altra un'eccitante cagione, la quale secondo le comuni apparenze della natura niuna connessione ha coll'effetto che produce, di modo che la base di questi effetti consiste la maggior parte in una

ſtraordinaria commozione di nervi. Il dolor dei denti è ſempre una malattía; ma corpi interamente ſani non ne ſentono altrimenti ulteriori incomodi; mentre che al contrario quelli che hanno i nervi irritabili, ſoffrono convulſioni e deliquj. Da ciò ſi conoſcerà facilmente, che non il dolor dei denti, o qualche altro dolore, ma bensì queſti ſtraordinarj accidenti appartengono alle malattíe dei nervi.

Sono chiamate queſte malattíe Ipocondriache o Iſteriche, ſecondo che il genere maſchile, o il vago delicato Seſſo tormentàno. Ambedue hanno la ſteſſa ſorgente, e la loro differenza è ſi lieve, che io tutte e due nella medeſima deſcrizione le comprendo. Prima racconterò tutti i caſi, come eſſi di grado in grado creſcono; mentre in queſta guiſa mi luſingo di far concepire a ciaſcuno dei miei Lettori un male, che in tante diverſe forme ſuol maſcherarſi.

Il male Ipocondriaco o Iſterico ordinariamente comincia nel baſſo ventre. I malati ſentono della ventoſità nello ſtomaco, o negl' inteſtini; a queſto ſi aggiunge un bruciore nello ſtomaco, tutti accidi, nauſea, vomito di una materia acquoſa, o denſa, viſcoſa, o nera, ſimile alla depoſizione del Caffè bollito. Alcuni perdono il

guſto

gusto di mangiare, o soffrono indigestione. Altri digeriscono subito, e sentono un insolita fame; nel tempo di questa fame si manifesta la debolezza, gli svenimenti, e languidezza di stomaco. I malati appetiscono spesse volte cose strane ed insolite, che la natura non destinò per l'umano nutrimento, senza eccettuar la creta e i carboni. Lo stomaco gonfia visibilmente, particolarmente dopo il pasto: qualchè volta sopraggiungono spasimi e dolori veementi di stomaco, quindi ne segue una molesta pigiatura, o strettezza di petto, un' ingrata benchè non dolorosissima sensazione intorno allo stomaco, unita qualche volta a un avvilimento d'animo, ad angustie, e a un insolito timore.

Non di rado si sente un fastidioso battere per tutto il corpo, una tensione negl' intestini, ed in alcune parti uno stiramento inquieto; altri si lagnano di eccessivi dolori di corpo, e di un forte bollimento nel basso ventre. Alcuni hanno il corpo sciolto, altri lo hanno stitico, e questi, se cresce l'attacco del male, si sgravano di materie simili a quelle delle capre. Questo ultimo è da riguardarsi come un segno evidente e quasi caratteristico, che si abbiano a patire gli attacchi di questa malattía nervosa.

A ciò

A ciò si aggiunge talvolta un dolor nella schiena, che non di rado si estende per tutto il corpo, ed è simile al dolor della pietra: alla bocca concorre più copiosa la salivazione: spesso sente il malato uno stimolo e un'insolito calor nell'uretra, coll'impulso dell'orina, che d'ordinario viene in quantità come acqua pura. Quasi tutti i Medici, che hanno scritto su questo male, danno l'abondante copia dell'orina simile all'acqua per un segno certo di malattía di nervi, quando altri accidenti non provassero il contrario.

Non tutti gli ammalati hanno tutti i sopradescritti accidenti; alcuni ne risentono più, altri meno. Ma quello comune a tutti è, che ne trascurano il principio, e lo stomaco indebolito ne incolpano. In questo caso si abbandonano a se medesimi, hanno rifugio ad un gagliardo Caffè, cercano di fortificar lo stomaco con vini austeri, e procurano con purganti di scacciare dal corpo, conforme si imaginano, i venti, e la bile.

I Medici che non vogliono spendere intorno ai malati nè tempo nè fatica, conforme richiederebbe il bisogno, e ben spesso volendo non possono, cercano delle materie trattenute nelle vie della digestione, e prescrivono all'ammalato delle polveri solventi, o medicine evacuanti.

Or

Or trovandosi l' ammalato alleggerito, si dimentica intanto di levar la causa, donde il male ebbe origine, non si riconosce neppure, vive alla solita sua usanza, ed il mal vecchio ritorna. Egli ricorre di nuovo ai suoi primi medicamenti, da cui si trovò alleggerito, forse gli riesce nuovamente, continua dunque nel suo metodo di vita, come per l' avanti; peggiora il male insensibilmente, ed egli a poco a poco sempre più diventa malato.

Nel caso che vi siano delle materie impure negl' intestini e nello stomaco, allora la suddetta maniera di sanare sarà del vantaggio, specialmente se gli ammalati si accomodano al metodo di vita necessario; ma siccome ciò non segue che pur troppo di rado, indi è, che la malattía per lo più si aggrava.

Se gl' insulti si aumentano, allora un rapido calore passa subitaneamente per tutto il corpo; qualche volta un imbrividimento o gelo attacca certe parti del corpo, non altrimenti che gli fosse stata gettata addosso dell' acqua fredda. Non di rado dopo la tavola, o dopo una seria applicazione monta ordinariamente alle guance un insolito calore. A questo si uniscono dei dolori passeggieri nelle braccia, ed ossa, un penetrante dolor nella schiena, e tra le spal-

ſpalle, ſpaſimi negl' inteſtini, o nei muſcoli sì del collo come del capo, deliquj con moleſte contrazioni nello ſtomaco, negl' interiori, nella gola, nelle mani e nei piedi; ne ſegue uno ſvenimento dopo l'altro, il cuore batte e palpita, il polſo generalmente è aſſai vario, ſpeſſo naturale affatto, qualche volta inſolitamente tardo, altre volte aſſai frequente, ordinariamente più debole che pieno, ed in qualche circoſtanza intermittente.

In molti ſi è oſſervata una toſſe ſecca, un reſpiro difficile, ed un moleſto ſerramento ſul petto, che ſpeſſo in certi tempi ritorna; gli sbadiglj, i ſinghiozzi, i ſoſpiri ſono le ordinarie conſeguenze della ſerratura. I malati hanno la penoſa ſenſazione medeſima, che avrebbero, ſe una palla o un altro corpo duro gli occupaſſe la gola, per cui temono di affogare. Alcuni piangono, altri ridono eceeſſivamente ſenza averne giuſto motivo.

Infermi di tal ſorta ſentono per la maggior parte della giornata del freddo, ed il loro polſo è inſolitamente languido: viceverſa nel tempo del dormire gli ſopravviene un calor paſſeggiero che ſi dilata per tutto il corpo: il polſo diviene più frequente e più forte: ſi aggiunge la debolezza e la ſenſazione di un deliquio, che comincia dalle vicinanze dello ſtomaco.

In questo stato di cose cominciano i malati a poco a poco a smagrire, non ostante che l'appetito si sia conservato buono, al che forse l'angoscia a cagione del loro male, ed il timore di una vicina morte per la maggior parte contribuiscono.

Allora si chiede consiglio per togliere il male. Si vuole un'acrimonía nel sangue, che di rado avvien che s'incontri; ovvero dal calor notturno si riconosce l'accesso di una lenta febbre: l'infermo prende di propria elezione o per prescrizione Zuppe, Latticini, Tisana d'orzo, ed altri simili medicamenti umettanti.

Ma tutto è invano, finchè non viene esaminata la malattía con tutta l'attenzione, finchè si bada solamente a rassettar le crepe della fabbrica, finchè non si mette mano ai fondamenti, la di cui commozione è originata da questo male. Si evitino le cagioni, si tenga un esatto metodo di vita, si prendano poche, ma adattate medicine, e il male cederà.

Diversamente, anderà sempre peggiorando l'infermo; particolarmente quando si alza troppo sollecitamente dal dormire, è molestato da vertigini; dolori di capo tormentosi ritornano di tempo in tempo: qualche volta una sola parte del capo è quella che dai dolori viene attaccata, talvolta

un

un luogo soltanto nulla maggiore della grandezza di una moneta di argento, colla sensazione dolorosa, come se fosse stato dentro cacciato un chiodo.

Un tintinnio o susurro negli orecchi, con cui si accompagna eziandio l' oscuramento della vista, molesta non di rado tali malati, particolarmente se siano incomodati da ventosità. Non si trova nei loro occhi in alcun luogo un mancamento; non ostante sembra a loro, come se avanti i medesimi si alzasse una nebbia folta, o come se apparisser loro delle scintille, ovverò come se vedessero duplicato ogni oggetto. Se vanno in piazze spaziose, se con una piacevole estesa veduta voglion dar pascolo ai loro occhi, la debolezza, o vertigine gli sorprende; e tutti i membri principiano a vacillare.

Ad alcuni si eccita un' insolita sensazione dell' odore, ed altri del gusto. Sentono odori da oggetti che non posson agire sopra di loro per non esser presenti; a questo si unisce una continua sonnolenza accompagnata da inquietudini inesprimibili, ma che di nuovo a poco a poco si perdono subito che gl' infermi si risvegliano; il sonno istesso inquieto, e spesso accompagnato da spaventevoli sogni; ad alcuni, appena che si mettono a letto, si presentano

varj

varj penſieri da' quali ſtentano a liberarſi; non di rado ſi uniſce l'infingardaggine, ed una troppo grande inclinazione al ſonno.

Simili malati ſono per lo più timidi, meſti, malinconici, benchè in altri tempi portano l'allegrezza fino alla nauſea, tanto ella è ſtraordinaria. Generalmente ciò addiviene nelle ſubitanee mutazioni dei tempi. I loro penſieri ſon confuſi, la memoria è debole, e la facoltà penſante tutta cambiata. Quei che prima con animo intrepido aſcoltar poteano le morti improvviſe, tremano ora ad ogni racconto di malattía pericoloſa o morte improviſa; ſe di più hanno conoſciutà la perſona, ſe ſanno, che la medeſima ha ſofferto de' guai non diſſimili ai loro; ſe hanno avuto una morte, che ancor eſſi temono, allora ſi forte diviene l'imaginazione e il timore, che appena poſſono tollerare il nome della malattía o del defunto.

Quei che ſoffrono ſimili mali Ipocondriaci ed Iſterici ſono ordinariamente di una più delicata e ſenſibile compleſſione. Benchè ſentano dello ſdegno contro il delinquente reo di omicidio o di furto, pure il vederlo condurre al luogo del ſuo gaſtigo, e ricevere la meritata pena, è alla loro ſenſibilità totalmente contrario. Per quanto da un lato gli ſtimolaſſe la curioſi-

tà

tà o di vedere il malfattore medesimo, o di sentir descrivere da testimonj oculari il contegno da lui usato nella sanguinosa Scena, altrettanto vengono dall'altra parte ritenuti dalla gran delicatezza della loro sensibilità. Essendo forse costretti a sentire in qualche luogo un simil racconto, provano comunemente degl'insulti convulsivi. Un gelo gli scorre per le spalle, il volto divien pallido, e dalla region dello stomaco gli sale una specie di languidezza che arriva fino alla nausea; tenere simili discorsi a tavola avanti simili persone, sarebbe una solenne increanza.

Da una sì alterata disposizione d'animo ho conosciuto non di rado essere Ipocondriaci gl'Infermi, e l'esperienza c'insegna che questo tenero e delicato sentimento si perde nell'atto in cui il male abbandona l'ammalato.

Il peggio è, che malati di questa specie si figurano una quantità di malattie, che realmente non hanno; e comecchè ne sono fermamente persuasi, quindi è che s'inquietano, se i loro accidenti non sembrassero agli altri della medesima forza e pericolo.

Allora consultano tutti i Medici, si procurano Libri di Medicina per far da Medici loro medesimi; vedono sempre avvici-

vicinarsi la morte, e a poco a poco s' immergono in una profonda mestizia. Se per altro viene un' ora buona, si dimenticano del loro male; mangiano, bevono, giuocano, ballano egualmente che i più sani; e si divertono allegrissimamente in una conversazione di loro genio. Da questo comprendono bene, di quanto vantaggio sia per l' alleggerimento del loro male una piacevole distrazione, ma non possono, ne vogliono concedere che nella maggior parte il male dall' imaginazione dipenda.

---

## *Se la malattía de' Nervi consista nell' imaginazione, ovvero sia una malattía reale.*

IO mi dò a credere, che niente fuor di luogo quì sia l' esame, se gli descritti casi siano effetto di una guasta imaginazione, o sivvero un male reale. Quando il male comincia, ordinariamente è si lieve, che suol nascondersi all' ammalato, ai suoi amici, e fino al Medico medesimo. Continuando questo male si assuefanno gli amici e i serventi ai continovi eccessivi lamenti; si accorgono che l' ammalato ha buon appetito, sonno quieto, ilarità di animo, parti-

larmente se non gli manchino occasioni di distrarsi.

Si trova il polso buono, e forse i segni esteriori non portano allo scuoprimento di alcuna attual malattía: allora dicesi che l'ammalato è Ipocondriaco, e pieno d'imaginazione. Una maniera di ridersi del malato, di beffarsi dei suoi lamenti tacitamente, e palesemente, è quella di raccontare aneddoti, che danno motivo ai più sani di ridere, ma non guariscon l'infermo. Per quanto poco amor del prossimo contenga un tal procedere, si crede non ostante di aver fatto molto, quando si è per compassione dichiarato l'ammalato, senza darsi premura di togliere il suo male. E' lo stesso che si deridesse uno, che patisce di Podraga, perchè a fronte dei suoi dolori ha sempre un buon aspetto.

Vi sono delle malattíe gravi e pericolose, nelle quali l'appetito non si perde. Io ebbi sotto la mia cura dei tisici, i quali per sedar la loro fame di notte, si provvedevano tacitamente nel letto di robe da mangiare. Ritorna anche il sonno, in molte malattíe, quando è passato una volta il forte accesso del male. Servano d'esempio coloro i quali son tormentati da eccessivi dolori di denti; dormono essi di nuovo placidamente, tostochè quei son passati: Eppure

pure sarebbe egli ragionar sensatamente, se a cagione dell' appetito dell' uno, e del placido sonno dell' altro, a quello negar volessimo l' etisía, a questo il dolore dei denti?

Altrettanto c' inganneremmo se incolpassimo l' Ipocondriaco d' una mera imaginazione per l' inconcludente motivo, ch' ei gode spesso un sonno tranquillo, ed un sano appetito. Deve forse ogni male continuare colla medesima veemenza per meritarsi finalmente il nome di malattía? Insino quegli che sono tormentati da un cancero, o dalla pietra, non sentono sempre i dolori; molti di loro hanno nel loro male un aspetto passabilmente buono, sono ilari, allegri nelle conversazioni, quando il male fa tregua: dovrebbesi per questo chiamar la lor malattía una mera imaginazione.

Ma perchè non sentono essi niente o pure meno nel tempo della distrazione? Non vi è quasi malattía, che non si mitighi col divertimento, per quanto uno ne sia capace, e si potrà domandare, perchè giovi all' Ipocondriaco? Nel tempo dell' insulto hanno i nervi una molesta tensione. Se s' interpone una piacevole distrazione, tosto i nervi si tendono diversamente; ed il male cede in parte effettivamente e in parte l'ammalato cura meno le incomode sensazioni.

Bisogna levarsi queste cose dalla mente, dice il Sano all'Ipocondriaco: Concedo. Se si fosse capace di passar sopra a molte cose, si sentirebbe meno. Ma il nostro Corpo influisce troppo sul nostro spirito, perchè ci riesca sempre. E' ella colpa dell'ammalato, che i flati cagionino nello stomaco e nell' intestini sensazioni tali da far temer la morte? Quando egli si è sgravato di questi ride anche lui unitamente cogl'altri, e non crede di esser quello di prima; non altrimenti che nelle febbri ardenti, l' ammalato s'inquieta e s' infuria con tutti quelli che adattar non si vogliono alle confuse sue idee; ma levata di mezzo che sia una volta la febbre, ride egli stesso delle sue stravaganze.

Un Ipocondriaco, che oggi nulla patisce, appena crede a se medesimo, che non sia più che jeri che egli ha tanto patito: anzi essendo il suo male tolto affatto per le medicine, non è neppure più inclinato a credere agli altri, che attualmente son tormentati da simili incomodi. La sua incomoda sensazione finisce, e la sua imaginativa, che da quella fu guasta ritorna nuovamente a dovere.

Se dunque da ciò concludo, che l'Ipocondría sia un male reale, non negherò per questo che non venga ingrandita dall' imagina-

ginazione: Si osserva piuttosto che il male a poco a poco diminuisce in proporzione, che il malato sa trarsene fuora. Ma giusto questo è proprio dell' Ipocondrìa; perlochè non si giudicherebbe rettamente, se tutto si attribuisse all' imaginazione. Io son piuttosto persuaso, che la forza dell' imaginazione sia insieme un effetto e un segno dell' Ipocondría: benchè possa col tempo la malattía e la stravaganza ricevere nutrimento ed accrescimento l' una dall' altra.

Se la forza dell' imaginazione fosse corrotta per qualche malattía reale, e non consistesse piuttosto tutta la malattía nella imaginazione, non si stia a dire, come va che simili infermi pensano esattissimamente del rimanente. I Medici i più esperti ci hanno lasciato bastanti esempi nei loro scritti; anzi senza prima consultare esperienze lontane, noi stessi conoschiamo un sufficiente numero di quelli, che quasi in una materia sola pensano stortamente, e accuratamente in tutto il resto. Perchè questo accada, non è niente necessària una malattía; prematuri giudizj, una passion dominante, l' armonía, o la mancanza della medesima sono spesso bastanti a confonder talmente la forza del nostro giudizio, riguardo ad alcuni oggetti, che noi vediamo quello, che nessun altro vede, o non vediamo quel-

lo che a tutti gli altri sta chiaramente innanzi degli occhi. Un uomo assai dotto dovette nel tempo delle sue letterarie fatiche ammassare da una parte dei libri per eludere le false idee di un pericoloso precipizio.

Questa pittura dei casi Ipocondriaci sarà sufficiente a chiochessia per giudicare sopra il suo male se sia da annoverarsi principalmente nella classe delle malattíe Ipocondriache, e qualora ne sia convinto deve sopra a tutto osservare a quale specie d'Ipocondría appartenga il suo male.

## *Divisione delle Malattíe Ipocondriache*.

ORdinariamente si dividono in due sorte: una *senza materia*, l'altra *con la materia*. Quindi nascono due sorte di malattíe Ipocondriache, la cui differenza sarà di nuovo chiaramente spiegata con una esatta descrizione dei loro accidenti.

Sono *senza materia* Ipocondriaci coloro, che o dalla natura o da cagioni nate posteriormente, hanno acquistato un'irritazione di nervi sì grande, che per minime ragioni si riducono in gravi disordini.

Gente di questa sorta stanno ordinariamente

mente bene, hanno un aspetto buono, e sano, ed appena sentirebbero il suo male, se sapessero scansare le cagioni eccitanti. Ogni disturbo d'animo, particolarmente ogni disgusto, una profonda tristezza, una collera veemente, fino un' ingrato odore è capace di farli cadere in tremiti, palpitazion di cuore, convulsioni, e deliquj.

Se questa irritazione è propria, principalmente dei soli nervi dello stomaco, e degl' intestini, basta allora una bevanda che a mille altri fa bene, ovvero un cibo innocente per espellere flatuosità, angustie, e strettezze di cuore, e tutti gli altri mentovati accidenti.

Passato che sia il disgusto, il mal umore, e la collera, o' evacuati, che siano i cibi malsani resta tolta di mezzo ancora la malattía; Solamente rimane il pericolo di ricadere per ogni minima cagione nel male di prima. Sinchè dura l'accesso si dilata per verità nel volto un cattivo colore, che serve d'indizio, ma quando dopo alcune ore il malato si ristora ordinariamente, non vi è neppure dal color del viso da prognosticarsi cosa alcuna di male.

Ipocondriaci *con la materia* sono quelli i quali non solamente hanno i nervi eccessivamente irritabili, ma hanno sempre da soffrire qualche cosa per un altra causa che

esiste nel loro corpo. I segni ne sono un continovo avvilimento, ed un color di viso giallognolo, di modo che persino il bianco degli occhi si converte comunemente in giallo. Vi sono poche ore soltanto, nelle quali questi Ipocondriaci sono liberi dal loro male.

Che ancor essi debbano avere nervi irritabili, è chiaro; perchè ve ne sono non pochi i quali patiscono d'iterizia, di convulsioni, di pietra nella vescica, d'ostruzioni nel basso ventre, di Emorroidi, senza che per questo risentano ancora gli accidenti Ipocondriaci. Al contrario un piccolo intasamento nel mesenterio è bastante a produrre i più stupendi, e i più ingrati effetti in un sistema irritabile dei nervi.

La differenza apparisce manifestissima nel bel Sesso. Talune, se mancano loro i mensuali ripurgamenti, sentono è vero dolori di capo, e di reni; ma quì finisce tutto; laddove al contrario altre il cui sistema nervoso ha maggior sensibilità, sono attaccate da battiti di cuore, da soffogamenti, da deliquj e qualche volta ancora da convulsioni.

Il male che affliggeva la macchina è in ambedue i casi lo stesso; nasce dunque tutta la differenza dalla sensibilità diversa dei nervi.

Delle

## *Delle cagioni dell' Ipocondria.*

LE cagioni speculative, sulle quali secondo varj sistemi ed opinioni debba esser fondata l' Ipocondria, non possono in alcun modo interessare il mio Lettore, nè sono istruttive. Se noi prendiamo per tali, l' impedita traspirazione, o un irregolare influsso del sugo nerveo, oppure qualche cosa non bene intesa in natura, o qualche altro principio per fondamento, qual vantaggio quindi si trae? Impariamo per questo ad evitare il male, o a curarlo, presente che sia? Le sole cagioni rilevate colla pratica, alle quali non possiamo negare la dovuta attenzione per riguardi da aversi parte a noi medesimi, parte alla nostra posterità, sono un oggetto degno delle nostre considerazioni.

Noi possiamo assumere quattro diverse cause dalle quali nasce il male Ipocondriaco, si propaga, e si aumenta. Queste sono un' eredità infelice, una soverchia applicazione, un soverchio abbandono a Venere, e le veementi o continovate passioni di animo. Ma tutto sembra ridursi a questo, che da queste o altre simili cagioni s' indeboli-

bolisca il sistema nervoso, a segno di divenire straordinariamente irritabile. Questa debolezza de' nervi, questa insolita sensibilità può con molta verosomiglianza considerarsi come cagione fondamentale di tutti i fenomeni Ipocondriaci. Dunque non è un' impedita traspirazione, nè un' irregolare influsso del sugo nerveo? Io dico che nò.

Bisogna distinguere la causa dal suo effetto, o quel che suona il medesimo le cause prossime reali dall' abituali e remote; è vero che a nessuno resta impedita tanto facilmente la traspirazione quanto a un Ipocondriaco. Il freddo, o l' umido ai piedi, un venticello fresco dopo un moderato calore del Sole hanno per lui cattive conseguenze. Fa il suo corso un catarro, o una distillazione di capo, come subito non peggiorano le sue circostanze per quanto elleno fossero di prima soffribili? la materia che allora, essendo impedita la traspirazione, rimane nel corpo, attacca i suoi irritabili nervi dello stomaco, e degli intestini: flatuosità ed angosce ne seguono immediatamente, il benefizio del corpo è disordinato, l' urina passa con difficoltà, ed il male non cede prima fino che non è espulso dal corpo.

Ma quì si può sempre ricercare in che consista questa disposizione della macchina, nella

nella quale sì facilmente resta impedita la traspirazione: Quella è indubitatamente la più probabile, per cui si contrae una sensibilità o una debolezza maggiore nel sistema dei nervi, onde accade che la più piccola mutazione dell' aria agisce sì fortemente sopra il nostro corpo: Quelli ancora che pongono la traspirazione riassorbita per base degli accidenti ipocondriaci, danno pure ai loro malati medicine corroboranti, e cercano così di levar la debolezza, e di rimettere nuovamente la traspirazione nel suo debito stato.

Con un tale irritamento si può giustificare ancora l' opinione di quelli i quali ascrivono l' Ipocondría a un irregolare influsso del sugo nerveo. Che nei nostri nervi sia contenuta una sostanza fluida è probabilissimo; ma ancora il suo influsso non diventerebbe (o almeno sì facilmente) irregolare se i nervi non avessero già in se medesimi una maggiore irritabilità. Ora dunque, come abbiamo detto, può questo eccitamento esser prodotto per le quattro suddette ragioni. Noi le svilupperemo con maggior accuratezza.

E' una trista eredità quella dei figlj procreati da genitori indeboliti per età, malattía, strapazzo, o incontinenza; che portano in origine seco il seme di questo male.

le, prima ancora che eſcano dal corpo della madre. Di rado può levarſi totalmente il male ereditato; peraltro un metodo regolare di vita, particolarmente in un'ambiente che dà forza al corpo, lo mitigherà, e lo moderera, quando al contrario una vita diſordinata, ſtrapazzo grande, ed in ſpecie in età immatura, e qualunque abuſo capace di avvilire le forze, deve ſempre neceſſariamente render peggiore la natural coſtituzione.

Frattanto ſi può eſſere ancora in età più matura attaccato da queſto male, benchè ſi foſſe più felice nella naſcita. Le ſopradeſcritte tre ragioni baſtano per ſpiegar la maggior parte degli accidenti. La prima, ma non ſempre la più comune è una *ſoverchia applicazione delle facoltà mentali*, ſpecialmente ſe per neceſſità o volontariamente ſi ſagrificano le notti ſteſſe ai ſuoi lavori, e ſi fa una vita continuamente ſedentaria ſenza fortificare il corpo con un moto regolato. Ognuno vede che da queſta ſorgente ſopra tutto deriva l'infermità Ipocondriaca degli uomini dotti. La ſeconda ragione è molto più comune, e conſiſte generalmente nella gran forza di molte *paſſioni*, particolarmente di quelle che metton l'animo per lungo e non interrotto tempo in una meſta ſituazione; una pro-

fonda

ſonda triſtezza che ci accompagna da per tutto, un' improviſo ſpavento che ſi converte in un continuato timore, un dolore durevole per una ſofferta perdita, che ſia irreparabile, una vergogna che ſi è impoſſeſſata di tutta la noſtra anima, una preferenza che ſia ſtata data ad un' altro con noſtro manifeſto pregiudizio, l' amor veemente di una ragazza ſenſibile, che non può rimaner contentata col matrimonio da lei sì ardentemente bramato, apportano comunemente al ſiſtema nervoſo un male che con ſomma difficoltà può eſſer tolto. Inquietato da ſimili paſſioni ſi riflette ſopra la ſua vicina o preſente diſgrazia, ſi cercano ſolitudini, ſi tenta di ſollevarſi con motivi di conſolazione; uno ſi attacca ſempre più all' oggetto di triſtezza, ſi dorme poco, e ſi va ſempre peggiorando ſino a tanto che i nervi dello ſtomaco e degl' inteſtini reſtino finalmente indeboliti, e prima che uno ſe n' accorga ſi uniſce ancora al male doloroſo uno più grande, qual' è l' Ipocondría.

Lo ſpoſſamento cagionato dal godimento dell' amore, o aſſai più ancora ſenza queſto, è la *terza cagione*, e un infelice ſorgente dalla quale non di rado deriva uno ſtraordinario indebilimento di nervi, e tutti i mali con eſſi conneſſi. Queſta sfortunata

tunata assuefazione converte i giovani in vecchj snervati, ed è tanto dannosa alle ragazze, e donne giovani quanto ai maschj. Ventosità insolite ad uno stomaco privo di forza sono ordinariamente i primi insulti forieri del male che si avvicina.

Da queste tre cagioni deriva per lo più uno straordinario irritamento di nervi. Chi non si libera da questo risolutamente, e con prudenza, se a ciò si unisce un corrotto modo di vivere, se sono i cibi, le bevande, il sonno, e movimenti del corpo quasi fatti a posta, a motivo del lor disordine, per snervare il corpo ancora più, allora sempre più forti si fanno gl' insulti Ipocondriaci, o Isterici, ed i nervi acquistano un sì alto grado d' irritabilità, che, non altrimenti che un Barometro, si sentono le minime variazioni che seguono nell' aria, in noi stessi, o nel nostro modo di vita; ogni mutazione di tempo, ogni imminente temporale è capace di scuotere il nostro sistema nervoso; l' abbreviare il tempo per il nutrimento o per il sonno, ovvero ometterlo affatto, l' aggravare anche di poco lo stomaco, o il godere quel che è contrario ai suoi troppo irritabili nervi, porta seco spesse volte giornate intiere fastidiosissime, e moleste.

Se dunque questi insulti vengono spesso

ſo replicati non è meraviglia, che s' indebolifcano le parti ſolide, ed i fluidi ſi alterino. Indi naſce nello ſtomaco, la flemma, acidezza, vermi, oſtruzioni di fegato, e di meſenterio, diſordine nei meſtrui, fluſſo bianco, emorroidi, pietra nei reni, o nella veſcica, materia per la podagra, ed altre ſimili infermità.

Qualora ſi penſi, che i noſtri ſolidi vengono vivificati per mezzo dei nervi, chiaro apparirà, che indeboliti queſti, devono anche quelli perdere la loro forza. Se la forza dei ſolidi una volta manca, non poſſono più agire ſu i fluidi come ſegue nello ſtato rigoroſo, e ſano. Da ciò naſce la degenerazione delle parti fluide, e da queſta generazione varie malattíe. Ciò ſi applichi a tutti i viſceri, e ſi ſcoprirà facilmente, che tutte le ſorte di malattíe di cui qualunque parte del corpo è capace, poſſon naſcere dal male dell' Ipocondría.

L' Ipocondría *con la materia* preſuppone egualmente la medeſima cagione fondamentale, cioè una ſtraordinaria irritabilità di nervi, da cui anche queſta avrà ſempre avuto l' origine; ma ciò è comune tanto a queſta quanto all' Ipocondría *ſenza materia*. Quel che propriamente la diſtingue ſono le cauſe accidentali, la viſcoſità, e l' acidità nello ſtomaco, o negli inteſtini, oſtru-

zioni

zioni nelle viscere del basso ventre, vermi, o materia dannosa, la quale dopo malattíe mal curate rimase nel corpo. A questa appartengono le febbri intermittenti malamente trattate, l'emorroidi trattenute, una diarrea troppo presto fermata, un irregolare ripurgamento, pietra nei reni, o nella vescica orinaria, un acrimonia venerea, o artritica, che ancora circola per il sangue. Da tutte queste cause nasce l'Ipocondría *con la materia*.

## *Del Prognostico*.

Quanto è difficile il togliere la malattía Ipocondriaca, quando quasi dal seno della madre si è portata al mondo, altrettanto facilmente può vincersi quella, che si è contratta per una delle tre sopradescritte cagioni, quando sul bel principio, ed avanti che il male siasi troppo radicato si ricorre ad un esperto, e diligente Medico.

Alcuni di questi infermi, e principalmente se il male sta nei vasi ostrutti del basso ventre, possono bene ristabilirsi ancora in sei settimane, altri hanno bisogno di altrettanti mesi; ed altri devono pazientare parecchi anni per il loro totale ristabilimento.

Ge-

Generalmente queste affezioni nervose son più incomode che mortali: bambini e vecchj non sono così facilmente attaccati dall' Ipocondría; ma se una volta ciò accade, diventa nei vecchj ordinariamente incurabile: qualche volta cresce a segno di diventare una pericolosissima malattía, ed ammazza in poche ore. Io aveva una Signora, la quale fu attaccata da dolori spasmodici di gola, ed era quasi ridotta agli estremi di sua vita; L' applicazione delle coppe semplici fatte esteriormente alla gola, l' hanno alla perfine felicemente liberata.

Continuando questi accidenti nervosi per più anni comprenderà chicchessia facilmente che il corpo deve restare indebolito: principalmente resta assai male trattata quella parte, la quale durante gli attacchi, ha sofferto il più. L' apoplessía, i vapori, la tise, ed altre malattíe di questa natura ne sono le triste inevitabili conseguenze.

A lungo andare non dura l' Ipocondría a essere *senza materia;* ordinariamente vi si unisce quella *con la materia;* ed allora non si toglie che di rado, eccettuato il caso che la natura si ajuti per mezzo del secesso, del vomito, dell' emoroidi, dei mestrui o di altre evacuazioni. Una ragazza, che cadde in questa infermità, perchè non fu accettata Monaca, patì per quindici interi

C mesi

mesi i più strani insulti. Una sola notte pose termine al male. Con un forte vomito fu espulsa la materia dal corpo, e con essa la malattía. Le febbri intermittenti, oppure altre malattíe hanno eziandío liberato più d'un Ipocondrico dalla sua lunga infermità.

Dopo il corso di certi anni segue qualche volta ancora nel sistema nervoso una salutare mutazione, senza che se ne possa assegnare altra cagione. Per lungo tempo ha tentato il Medico tutti i mezzi, ma indarno; ecco, che senza saper come, si trova l'infermo sanato. Una nuova mutazione ha reso alla natura la forza, e la sanità.

Nelle donne gravide si presenta un esempio di simile mutazione. Una ragazza sanissima, che si maritò, sentì il giorno dopo dolori di denti, e di capo, debolezza, nausea, affanno; i più esperimentati rimedj non bastarono a togliere questo male, nè a procurargli un alleggerimento. Ma appena passò la metà della sua gravidanza, svanirono questi cattivi sintomi senza medicamenti. Se non si cercherà la cagione di questo in una precedente mutazione del sistema nervoso, saranno inutili tutte le ulteriori ricerche.

Io aveva degli infermi, i quali aveano una tosse secca, un polso celere con

tutti

tutti i segni di una febbre di consunzione. In un momento si mutò tutto. Ritornò ad un tratto la fame e l'appetito dopo cibi duri e di difficile digestione. Di giorno in giorno crebbe la vivacità e la forza, ed una perfetta guarigione levò ogni dubbio della febbre etica.

Segue spesso, che l'Ipocondría si nasconde sotto la maschera di una etisía; e siccome il barattare per iscambio la maniera di medicare sarebbe cosa dannosissima, così non si può impiegare bastante diligenza per distinguere l'una dall'altra malattía; subito che uno è stato una volta attaccato da malattía di nervi, o sente almeno una grande inclinazione alla medesima, abbia un particolar riguardo di procurarsi il gallicismo, ed ancora la semplice gonorrea. Per questo secondo male diventa il primo infinitamente maggiore; e le conseguenze, che porta seco, non potrebbero divenire se non se funestissime.

Se uomini fra trenta e quaranta anni, o donne fra quaranta e cinqnanta vengono attaccati da questo male, si richiede una grande attenzione del Medico: perchè all' ammalato sarebbe assai svantaggioso se si volesse curare una debolezza di nervi, quando prima conviene pensare alle emoroidi, o ai mestrui.

 Non

Non tutti i mali, benchè accompagnati da accidenti simili, bisogna subito porre nel numero delle malattíe de' nervi. Se vi è del sudiciume, subito che si fermano delle materie impure nel basso ventre, facilmente si proverà della nausea, flatuosità, affanno, ma ciò non è per questo una malattía nervosa. Secondo le lettere che ho ricevuto dalla Sassonia, si credette per lungo tempo, che il popolo di campagna di alcuni territorj patisse ancor esso gli accidenti nervosi, quando questo male gli è comunemente ignoto. Uno si maravigliò non poco in principio, ma la maraviglia cessò, quando si scuoprirono i vermi. Questi infetti ospiti furono scacciati, e l'Ipocondría restò curata.

Tutto quello che noi soffriamo, lo sentiamo coll'ajuto dei nervi. Se noi riducessimo tutti i mali, che sono accompagnati da una dolorosa irritazione dei nostri nervi alla classe generale delle malattíe nervose, non vi sarebbe malattía nel mondo, cui non convenisse questo nome. Ma chi una volta ha ben compresa la descrizione dei veri accidenti Ipocondriaci, come fu fatto di sopra, s'ingannerà difficilmente nella cognizione del male.

Avanti che io cominci a parlare del metodo di guarire questa ostinata malattía, con-

conviene che io ricordi ai miei Lettori, che desidererebbero inutilmente una compita direzione, che gli mettesse in istato di medicarsi da se medesimi in tutti quei casi che accompagnano questo male. Molte volte è questa malattia così confusa, ed i suoi sintomi così fra loro intrigati, che restano ingannati ancora i più cauti ed esperti Medici; se non adoprano replicata attenzione e diligenza, e credono di vedere una tutt' altra malattia che la attualmente presente. Ma supposto ancora che si conosca una volta essere il male una vera Ipocondria; è nota per questo ancora la particolare costituzione, e temperamento di ciascheduno corpo? Giovano tutti i medicamenti a tutti gli infermi in casi simili? Si sa egli immediatamente che simili accidenti, e simili sensazioni provengono dalle medesime sorgenti? Non vediamo noi spesse volte parecchie malattie simili affatto, non ostante che le loro origini sian totalmente diverse? Quanto facilmente in questo s' ingannano non solo gl' inesperti, ma gl' intendenti ancora dell' arte! Ed un errore di questa natura quante funeste conseguenze non può seco apportare! Vi sono mille circostanze le quali richiedono lo spirito di una delicata attenzione, e che senza una lunga esperienza, senza molte precedenti

 cogni-

cognizioni non possono apprendersi da avviso in iscritto sopra una sorta di malattíe. Ancora il Medico più abile deve ponderarle con tutta l' esattezza, avanti che si risolva all' ordinazione dei medicamenti.

Chi è sempre tormentato da affezioni nervose, tenga per regola di non consigliarsi ora con questo, ora con quel Medico; Come mai può uno compromettersi che il nuovo Medico penetri su due piedi tutto il caso, come lo penetrò il primo, il quale già da alcuni mesi si diede tutta la premura di studiare la natura del malato per conoscer la qualità della malattía e adattare i medicamenti secondo le circostanze? Se il nuovo Medico vuol agir saviamente, deve egualmente cauto che il primo rintracciar le vie della natura e della malattía, fare delle ricerche, ed osservare più, che operare. Se dunque segue che alcune circostanze peggiorano, o che l' infermo non sente subito un sollievo, egli si annojerà del secondo Medico, come del primo, e desidera ardentemente il terzo. Questo perpetuo cangiamento non permette ad alcuno dei Medici il necessario tempo, di dedurne un ben concertato giudizio dalle regolari ricerche, e nessuno perde più dell' ammalato. Quando una volta si può arguire dal contegno di un Medico, che egli abbia

abbia una esatta premura, ed amore bastante per il bene del suo infermo, non conviene deporre subito, per le ciancie di qualche donnicciola, la fiducia, che a lui e alla propria scelta si deve.

Quello adunque, che a Medici, a quali nulla manca, in dottrina, riflessione, ed esperienza, si rende non ostante così difficile, come mai lo può apprender l'infermo in pochi fogli? Come acquistare in pochi fogli tanta abilità, da distinguere arditamente quello che il più esperto Medico timidamente si avanza a giudicare? Uno non si opporrà al comune errore di risolversi in simili casi ai medesimi medicamenti, che ci hanno procurato un' altra volta del miglioramento; e questo errore aumenterà un piccolo male, che si pensò di togliere, fino all'estremo pericolo di vita. Peggioramenti di questa sorta non son sì rari, come si crede. Si è una volta trovato, che i dolori nel basso ventre, le flatuosità, le vampe al capo sono state tolte felicemente per mezzo delle gocciole dell' Hoffmanno coll' essenza del Castoro; e si crede di aver un rimedio sicuro per levare il male, subito che si presentano simili sintomi? Ma non si pensa che forse una piccola infiammazione degl' intestini produce la medesima sensazione; si ricorre pieni

di speranza alle gocciole salutari, si accresce l'infiammazione, ed uno volontariamente si precipita in una pericolosissima malattía. Chi potrà lusingarsi di dare in poche pagine al suo Lettore tanta capacità e cognizione, che egli in casi confusi sappia dovutamente distinguere, e scegliere giustamente i convenienti rimedj?

Qual utile, dirà il mio Lettore, ho io dunque da aspettare da questi fogli? Se un malato impara a conoscere il suo male nei casi subitanei, sa i mezzi che gli sono giovevoli, senza che gli possano mai nuocere, conosce, se il suo Medico adopra la debita premura, impara un metodo di vita per mezzo di cui il suo male può in principio diventare più mite, e finalmente togliersi affatto; credo che in questa guisa abbia egli bastante vantaggio.

---

## *Del modo di guarir l'Ipocondría senza materia.*

IL fondamento di qualunque metodo per sanare le malattíe Ipocondriache non ad altro tende che a cercar di togliere l'irritabilità dei nervi, sia ereditato, o sia prodotto da cause accidentali: ciò peraltro non basta:

basta: bisogna insieme levar via ancora le cause, per mezzo delle quali i nervi vengono irritati, ed hanno prodotto tutti i fino ad ora descritti accidenti.

A questo oggetto si porgono rimedj corroboranti, per cui divengono i nervi quasi fortificati, da non mettersi così facilmente in disordine per ogni minima cagione.

Questo metodo di sanare è principalmente per quelli Ipocondriaci, o Isterici, il di cui male è *senza materia*: perchè siccome tutta la lor malattía si estende ad una debolezza del sistema nervoso per tutto il corpo, o solamente in un viscere, come lo stomaco, gl' intestini, l' utero ec. si può con ragione aver fiducia nei medicamenti che rendono la potenza, e la forza ai nervi indeboliti. Non ostante non si devono trascurare alcuni piccoli preparativi.

Ai sanguigni si cava subito sangue in principio della cura; perchè si sa per una parte dall' esperienza che allora i rimedj corroboranti hanno maggior attività, dall' altra perchè nei sanguigni senza la precedente cavata di sangue, si corre rischio di spingere il sangue, che viene eccitato dai medicamenti corroboranti in qualche altra parte nobile del corpo, dal che nascerebbero infiammazioni e altri mali. Con tutto ciò sarebbe desiderabile, che non si dasse

sì

sì spesso la colpa alla pienezza del sangue; allora quando non vi ha parte veruna. Molti sono stati rovinati per le replicate cavate di sangue in malattie de nervi lunghissime ed ostinate.

Trovandosi in qualche luogo, o nello stomaco o negli intestini delle materie impure, si purgano prima, ovvero si mandano fuori con un vomitatorio; acciocchè la materia rinchiusa inaccortamente dalle medicine corroboranti, che ne devono succedere non produca cattive conseguenze.

Ma sopra tutto vien consigliato un esatto regolamento di vita, da cui certamente per lo più dipende, che la natura ajutata dalle medicine convenienti sia superiore al male, o nò. E siccome il contegno del malato in ciò è di somma importanza, e la cosa stessa intelligibile dal lettore ancora non Medico, mi son proposto di trattare più accuratamente di questo metodo di vita.

In questo si comprendono le più importanti preparazioni, che devono immediatamente precedere la cura, ovvero accompagnare la medesima fino alla fine. Quando queste sono esattamente osservate, allora seguono le medicine stesse, alle quali il male deve cedere finalmente.

Tra i medicamenti corroboranti si contano la China-China, la limatura di Ferro e gli

e gli amaricanti: a questi ultimi appartengono preferibilmente la Genziana, la Centaurea, il Calamo aromatico, e la radice di Enola Campana ec.; si prendono quando in polvere, in pillole, in elettuarj, quando in tintura, vino, gocciole, o mistura.

Avvicinandosi l'Estate devono i malati ber l'acqua di Spaa (a), o quella di Pyrmont (b); non giovando queste si ricorre alla Gomma odorata, all'Ammoniaco, al Galbano, all'Alsa fetida, si provano le foglie d'Arancio, la Valeriana ec.

Quando l'infermo ha superato tutte queste torture del genere corroborante, allora si dice, che cavalchi, usi dei bagni freddi, muti l'aria, visiti i bagni minerali, intraprenda un viaggio a Spaa o a Carlsbad (b). Ma se questi mezzi son troppo dispendiosi al malato, o se l'occupazioni non gli permettono di farne uso? Ebbene, allora il malato resta dichiarato avanti tutto il mondo per Ipocondriaco, e conviene che si contenti di accettare questa dichiarazione in vece della guarigione.

E' bastantemente noto, che non troppi sono gl'Ipocondriaci che hanno da consolarsi

(a) *Nel Vescovado di Liegi*.
(b) *Contea nella Westfalia*.
(c) *Bagno in Boemia*.

folarsi d' un perfetto ristabilimento. Ancor che siano felici a questo segno, pure ci vuole ordinariamente tanto tempo, che si ha giusti motivi di dubitare, se la loro guarigione si debba attribuire all' efficaci operazioni della benigna natura, piuttosto che ai medicamenti apprestati per il ristabilimento. Se il male si è una volta sfogato, e se l' efficace natura ha prodotto un felice fermento, allora certamente non tarda a venire un perfetto ristabilimento: l' ultimo rimedio che spesso fu adoprato a caso, o per una specie di disperazione, perchè lo consigliò qualche donnicciola come un famoso rimedio domestico, ottiene allora tutto il merito dall' infermo; benchè indubitatamente sarebbe guarito ancora senza di quello. Se l' ultimo fermento fu, come suol accadere accompagnato da accidenti, che ancora sembravano pericolosi, allora nessuno dubita più, che la mirabile medicina abbia tutto tolto in un colpo il pericolo e il male. Si dice, che appena il malato prese questo medicamento migliorò visibilmente, fino a tanto che il male non svanì totalmente. Così, medicine inconcludenti si portano in trionfo, come segreti medicinali; si provano in altri, e non operano: si torna a riservirsene ma invano; nonostante non per anche perdono il credito;

dito; perchè non si pensa che tutta la prima cura non aveva alcuna o forse una ben piccola parte al ristabilimento che era piuttosto da ascriversi allo stato in cui si trovò la natura, ed il male, piuttosto che alla sua propria virtù.

Io voglio palesare il mio sentimento sopra i metodi di curare i più preferibili nelle malattíe Ipocondriache. Se il mio lettore non ottiene quel che brama, cioè d'essere in questo perfettamente istruito, lo posso avvertire almeno da molti abusi. In nessuna malattía, quanto in questa si suol tanto obbligar l'ammalato a tante sorte di medicine, inculcargliele, e accompagnargliele con istoriette. Il malato si lascia finalmente convincere, perchè s'annoja di una sì lunga indisposizione.

Bene spesso è cagione egli medesimo, che il suo male non si lasci domare. Qual malato ha finalmente la pazienza di continuare regolarmente le medicine per alcuni anni, ancora in quei giorni, nei quali si sente inquanto al resto benissimo? E risolvendosi ancora ai medicamenti, si ottiene con altrettanta facilità da lui, che egli si attenga per un buon tratto di tempo alla prescrizione di un metodo di vita conveniente.

Peraltro non vi ha dubbio, che la colpa

pa spesse volte non cada sulle medicine prese. Se uno si fonda sopra alcuni esempj ed esperienze, senza ponderare accuratamente, se il medicamento conviene anche a questo malato, in quella dose, in quella stagione, e con quelle circostanze; allora potrà ben nuocere, piuttosto che giovare. Così, deve, per esempio, colui che durante la cura si è acquistato un' indigestione, astenersi dall' uso dei medicamenti corroboranti, ed avanti che lo riassuma, deve far sortir dal corpo la materia se non vuole rinserrarla, e cambiare il salutevole medicamento in veleno.

In quanto alle medicine stesse, nè gli amaricanti, nè la China-China, nè la limatura di Ferro son da prendersi a capriccio. Ogni rimedio deve esser corrispondente alle circostanze. A quelli che hanno un polso frequente convien più la China-China, della limatura di Ferro, e degli amaricanti. Perchè gli ultimi rinforzerebbero la febbre, che potrebbe facilmente diventare ardente, o a causa dei piccoli vasi ostrutti degenerare in una febbre di cattivo carattere, e tirar seco altri mali.

La figura la più comune, in cui vien presa la China-China è veramente la polvere o pura o mescolata col siroppo in guisa d' un elettuario; ma la maggiore parte sen-

ſentono dopo una gravezza nello ſtomaco, che ſpeſſo ſi converte in nauſea. Perciò è meglio di far pillole dell'eſtratto della medeſima, o di gettare acqua fredda ſulla China-China peſtata, ed allora prender le pillole o l'infuſione. Quei che ſono magri e liberi da oſtruzioni del baſſo ventre, poſſono meſcolare la ſuddetta infuſione col latte, da cui reſtano inſieme nutriti.

Ai corpi flemmatici, il color di viſo dei quali è pallido, e la carne gonfia, fa buon' effetto la limatura di ferro. Si potrà prendere come la China-China in polvere o in elettuario. Ma ſiccome ordinariamente ſi lagnano ancora quì di affanno, e gravezza nello ſtomaco ſarà più adattato di prendere o l'eſtratto della limatura in pillole, o la tintura della medeſima.

Il vino medicato con limatura di ferro, China-China, ſcorze d'arancj, produce ordinariamente un ottimo effetto. Si tengono queſte medicine in fuſione per ventiquattr'ore nel vino, queſto ſi cola, e ſi prende a cucchiajate. Chi non ha il polſo febbricitante, di modo che tutto il ſuo male conſiſta la maggior parte in una debolezza di ſtomaco e d'inteſtini, proverà gran vantaggio nel prender le pillole di eſtratto di China-China coll' eſtratto di Genziana, fiori di Camomilla, Calamo aromatico, o radice d'Enola Campana ec.

Ho sviluppate queste poche idee apposta, perchè servissero qualche volta di guida al mio Lettore. Almeno egli diventerà bastantemente cauto, per non tentare subito un rimedio consigliatoli da un' ignorante, che gli potesse far danno. Lo stesso che ha sanato il mio amico, forse potrà ammazzar me, o accrescere il mio male: *Egli l' ha adoperato: giovò:* non è argomento giusto: *dunque gioverà anche a me*. Del resto mi sono astenuto da altre annotazioni pratiche, che sembrano quì appartenere: perchè al mio Lettore niente gioverebbero, ed ai Medici per i quali non son destinati questi fogli, sono cognite senza di me. Limiterò perciò la mia ulteriore istruzione piuttosto a quei modi di curare, che spesso intraprendon gl' infermi, senza chiamare un Medico, o per uso almeno di quelli i quali non possono consultare sempre il loro Medico. Di questa sorta sono le bagnature, l' acque acidule, il moto, particolarmente a cavallo. Sopra ciascheduna delle due prime sorte mi spiegherò adesso più diffusamente, riserbandomi viceversa di trattare dell' ultima alla conclusione, e stabilimento d' un metodo conveniente di vita.

Tanto i bagni freddi, quanto i caldi sono da adoperarsi in una maniera particolare. Che l' acqua fredda fortifichi è fuor di

di dubbio. In una debolezza universale di corpo, può, come io credo, sicuramente esser adoprata con gran profitto. Gli antichi se ne servivano spessissimo, e se ne trovavano bene. Ma l'attenzione è tanto più necessaria, quanto più sicuramente il bagno freddo sarebbe danno in alcune circostanze; Ed a i magri o sanguigni, particolarmente se avessero ostruzioni in qualche viscere, è il bagno freddo dannosissimo; almeno che non si possa esser sicuro, che non vi sia un' acrimonia dei sughi, o un'ostruzione nei minimi vasi. In tutti due i casi, correrebbe rischio l'infermo o di spinger l' acrimonia in un viscere più nobile, o di render maggiore l'ostruzione per un più grande afflusso di sangue, fino all'infiammazione. Se per queste ragioni dubitassimo, se il bagno freddo possa esserci giovevole, potrebbe consigliarsi la saggia precauzione di lavare il corpo coll'acqua fredda. Dopo una tal prova almeno non tanto nociva si potrebbe allora concludere dell' effetto del bagno freddo.

Corpi pingui che non sono sanguigni o che non soffrono ostruzioni in alcun viscere, non hanno a temere cattive conseguenze del bagno freddo, ed al contrario possono contare sicuramente sopra un generale acquisto di forze nei nervi. Se ai

magri e sanguigni non fosse permesso che due o al più tre volte la settimana il bagnarsi, essi possono farlo senza scrupolo, persino giornalmente, ma ognuno comprenderà facilmente, che ciò si deve adoprare senza esser riscaldati, e solo nella stagione calda.

Quelli, che non hanno da sperare alcun vantaggio dal bagno freddo, ricorrino al bagno caldo, o all'acque acidule o minerali. Si opererebbe sregolatamente, se uno si volesse appigliare a tutti questi rimedj quasi a un tratto e nel medesimo tempo. Il Medico più abile ancora non può anticipatamente nulla enunciar di sicuro della bontà ed attività del suo medicamento. Egli conclude dalle circostanze della maggior probabilità, ed osserva con molta prudenza tutti i sintomi durante l'uso d'un medicamento, per sospenderlo in tempo, subito che si accorgesse, che l'effetto che si sperava in principio non sia più da aspettarsi.

Siccome i nervi diventano gagliardi per mezzo dell'acqua fredda, così sono indeboliti dalla calda. Per questo i malati Ipocondriaci non hanno da compromettersi vantaggj dai bagni caldi. Ma quando son minerali, e contengono ordinariamente del solfo, ed altre simili materie, essi fortificano

no mediante le particelle che ſeco portano, ovvero ſeparano quel che ſi trova fiſſo nei minimi vaſi in qualche parte del corpo. Sarebbe ora deſiderabile che ſi uniſſe alla bagnatura un metodo di vita migliore di quello, che ſi ſuole ordinariamente ſeguire in occaſione di bagni, acciò da uno non ſia guaſtato quel che ſi procura dall' altro. Si prende maggior quantità di cibi, ſi bevono vini più gagliardi, uno ſi eſpone la ſera all'aria più freſca. La conſeguenza di uno ſtomaco aggravato, che comunemente s' indeboliſce nei bagni caldi, è l' indigeſtione, dalla quale proviene l'alterazione degli umori; mentre l'aria freſca della ſera leva ai corpi valetudinarj la traſpirazione, e da materia a malattíe peggiori di quelle che ſi cerca di guarire per mezzo della bagnatura.

Merita tuttavía che ſi eſamini, coſa ſi abbia a giudicare dei bagni di Carlsbad, di Schwalbach, e di Spaa; sì perchè quelli, ai quali queſto metodo di cura è troppo diſpendioſo, non diſperino della lor guarigione, sì perchè coloro ai quali vengono conſigliati queſti tali luoghi, non ſi fidino troppo ſull' efficacia delle loro acque, e non rigettino da ſe con diſprezzo le rimanenti medicine, che poteano avere a caſa loro per un tenue prezzo.

Negli accidenti nervosi *senza materia* non vi sarà alcuno che pensi ai bagni di Carlsbad; e per dir qualcosa dell' acqua acidula, sono di opinione, che i più piccoli vantaggj sono certamente da aspettarsi dall' attività loro propria, ma i più grandi dalle cause concomitanti, connesse coll' uso delle medesime. Uno se ne potrà convincere se si esaminino le proprietà di quelle acque.

Perchè o si considera l' acqua stessa, o la fredda temperie della medesima, la quale certamente ha una virtù corroborante, o i pochi grani di sal neutro, e di ferro che si scuoprono in ogni fiasco, o finalmente un certo spirito minerale, che in sostanza non è altro, che un' aria fissa impregnata di una sottile acidità.

Se quest' ultimo possa agire con tanta efficacia quanta comunemente s' attribuisce a quest' acque salutari; io non starò a decid rlo; ma so bene, che ammalati che patiscono di flatuosità provenienti da stomaco debole, di acidità da ciò proveniente, e di vertigini, spesse volte si trovan male dell' uso di tali acque. Del resto la virtù salutare che sperar si può dall' acqua stessa o dalla loro fredda temperie, non si potrà certamente negare alle nostre acque comuni. La maggior differenza sembra doversi

versi attribuire al ferro, ed al sal medio; ma questo ancora a torto; perchè il medesimo sale si può sciogliere nell'acqua nostrale, e mescolarvi altrettanti grani di ferro risoluto, cosicchè per questa parte non solo nulla perdiamo, ma anzi possiamo guadagnare, se stimassimo necessario di aumentare la dose del sal neutro.

Facendo l'esame dei fiaschi, sebbene si trovi l'acqua spesse volte debole, e senza forza, pure a cagione del prezzo sì alto non dovrebbe apportare qualche piccolo vantaggio? Frattanto io non sono di sentimento d'impugnare i buoni effetti che molti hanno trovato nell'uso dell'acqua acidula, solo sono portato ad attribuir la massima parte di ciò alle cause concomitanti.

Se il malato viaggia per Spaa, o per Carlsbad, non potrebbe già la dissipazione dell'idee, il moto della carrozza, la diversità degli oggetti, la mutazione dell'aria, il piacere di diverse vedute, l'allontanamento dai gravi affari contribuire al ristabilimento, e rinvigorimento dei nervi? Nel luogo del bagno stesso quanto mai varian le circostanze, l'aria, il nutrimento, l'occupazione! Si sorte più presto da letto, si respira l'aria purgata della mattina, uno si fortifica coll'acqua fredda, si fa più moto, e più regolato, si trova una

nuova grata compagnía, si è libero dal lavoro, dalle cure, dai disgusti, si osserva, volendo veramente guarire, un metodo di vita più ordinato, e si gode con un cuore più libero tutti i divertimenti, che gli abitanti di questi luoghi dei bagni volentieri procurano ai loro ospiti. Da tutte queste circostanze in complesso non si dovrebbe attendere maggior virtù che da alcuni grani di sal medio, o dall' aria fissa impregnata d' acido minerale?

Forse potrebbe uno da alcuni bicchieri d' acqua fresca, o quando bisognasse d' acqua fatta venire di Spaa compromettersi in casa, ed ancora più sicuramente in qualunque altra più graziosa situazione i medesimi vantaggi che a Spaa stesso. Sarebbe peraltro necessario di vivere quì come a Spaa. Il moto, la mutazione dell' aria, le amene vedute, una vita metodica, la dissipazione, i divertimenti senza cure non son solamente reperibili a Spaa: appena alzati pigliare immediatamente il caffè con crostini di difficile digestione, passare il giorno tra le liti e gli affanni, lavorare e sedere interrottamente, e nondimeno aggravar lo stomaco, consumar la bella serata al tavolino del gioco, star sonnacchioso tra i medesimi oggetti ed idee senza vivacità, senza distrazione, senza varietà, e voler

con

con tutto questo pretendere da un' acqua minerale effetto egualmente grande, come se si avesse bevuto dalla fonte stessa, è certamente un aspettarlo invano.

I Medici prudenti prevedono spesso l' impossibilità di procurare nella propria abitazione tutti questi vantaggi: impossibilità che dipende spesso da circostanze difficilmente mutabili, e più spesso ancora dall' inazione, o dal capriccio dei loro ammalati, che a meno che non sian costretti, non vogliono abbandonare la loro già da lungo tempo solita maniera di vivere, e le medesime loro ordinarie maniere. Perlochè si trovano i Medici spesse volte nella necessità di far viaggiare i loro ammalati per Spaa, acciocchè i medesimi sieno obbligati, di cercare altrove quello che nelle loro case gli era di contraggenio. In sostanza egli è lo stesso che il malato abbia da attribuire il suo ristabilimento all' acqua o alle cause concomitanti, o a ambedue nel tempo stesso.

Ma se poscia il male resta ostinato dopo tutti gli usati rimedj? L' unico consiglio che allora vi rimane è quello di continuare un prudente metodo di vita, d' impedir solo i casi gravi, e di rilasciar tutto il rimanente alla benigna natura. La peggior proprietà dell' Ipocondría è quella di deludere spesse volte ogni arte dei Medici,

 e tut-

e tutta la deferenza degl' infermi. La via alla salute è propriamente perduta; non rincrebbe all' infermo di seguir per un corso di anni la prescrizione dei Medici abili; ma invano; Il male resta null' ostante fisso e indomabile, senza che ne abbia colpa il Medico e l' ammalato; poichè noi arriviamo nel corso di nostra vita a certi anni, che seco portano delle mutazioni nella macchina e principalmente nei nervi. I mali che quindi risultano non cedono ad alcuno dei rimedj cogniti, ed il voler tentarne degl' incogniti, non sarebbe altro che andare incontro al pericolo certissimo di render l' affare infinitamente più grave. Se il male si è una volta sfogato, se la natura nel suo lavoro non è stata disturbata dalle medicine contrarie; allora insensibilmente svanisce o presto o tardi, e ci lascia all' oscuro dei mezzi, per i quali propriamente è stato tolto. In questi casi io ho spesso guadagnato più coll' inazione, e coll' abbandonare i malati alle forze della natura, che se gli avessi caricati dei più efficaci rimedj.

Benchè vi siano molti che pensino potersi fare in simili circostanze un tentativo coll' oppio, acciò i nervi troppo irritabili diventassero ottusi, e meno sensibili; questo rimedio per altro non è applicabile che

colla

colla maggior riserva; perchè se non giova può far certamente grandissimo danno. Un uso assai moderato di canfora o di muschio potrà in questi casi produrre un buon effetto; solamente non conviene il ricorrere a tali medicamenti in qualunque attacco nervoso, per quanto piccolo ei sia; poichè un immoderato uso dei medesimi farebbe più danno assai di quel che non giova l'uso moderato.

Dissi già di sopra, che le più considerabili mutazioni sogliono avvenire nelle nostre macchine negli uomini fra i trenta, e i quarant'anni, e nelle donne fra i quaranta e i cinquanta. Se allora dall'abondante scolorita orina, o dai stiramenti nel collo, o nel basso ventre, e da altri segni Ipocondriaci si volesse subito giudicare d'una debolezza, ed irritazione grande dei nervi, e trattar gli ammalati col metodo sopra detto, si sbaglierebbe la malattía, ed il male diventerebbe lungo, ostinato, e forse ancora incurabile.

L'origine di questo male negli anni indicati sono ordinariamente l'emoroidi, o le purghe mestrue; la prima è più comune presso di noi dell'Austria, di quello che si crede. Mi duole ancora di un uomo venerando, mio amico, il quale contrasta tuttavía con un male cronico, so-

prav-

pravvenutoli in questo caso dal modo di curarlo a rovescio. Come si possa conoscere questa sorgente, e togliere il male che quindi ne nasce, avrò forse opportunità di dirlo un'altra volta.

---

## *Del metodo di curar l'Ipocondría con materia.*

L'Ipocondría *con materia* non può esser guarita in una maniera sola; perchè siccome la materia, o la causa è diversa, così diverso ancora deve essere il metodo di curarla.

Trovandosi ostruzioni nel fegato, nella milza, o nel mesenterio, che cagionano insulti spasmodici, la mira principale tende necessariamente a queste cagioni. A tale effetto giovano le pillole di sapone con gomma odorifera mescolata con Reobarbaro. Ma la loro operazione è lenta, e però non bisogna straccarsi ad adoperarle per un tempo più lungo. Quelli i quali non potessero sopportare queste pillole, prender possono in quella vece il Polycresta di Glaser, o il sale di Seignette detto sale di Rochelle o quello di Carlsbad; fregagioni miti del basso ventre a stomaco vuoto, con un regolato

lato metodo di vita sono un rimedio facile e col tempo giovevole.

Fino adesso furono consigliati ai malati i bagni di Carlsbad, purchè avessero sufficiente disposizione ed entrata per intraprendere questa preziosa cura. Io non voglio dissuadere questo modo di curare: piuttosto si potrà quì applicare al bagno di Carlsbad, il medesimo che poco fa ho accennato dei bagni di Spaa. Le cause concomitanti promettono un effetto molto buono, ed uniscono la loro forza per aumentare l'attività del sal neutro. Ma siccome di cento neppur uno può intraprendere il viaggio a Carlsbad, converrà servirsi a casa propria di questo rimedio, quanto meglio sia possibile. A quest' oggetto si potrà prender giornalmente una dose del sale di Carlsbad soluto nell'acqua fresca, ed osservare esattamente il riguardo quanto è possibile, col moto e colla piacevole dissipazione, avuto riguardo alle cause concomitanti.

Se si volesse far operare questi sali neutri con ancora maggior vigore, si potrebbero sciogliere in una bevanda di Cicoria, e radice di Tarassaco. Ancora il sugo dell'erbe dissolventi spremuto, se non moltiplica le flatuosità, fa un buon effetto. Quelli che hanno maggior fiducia, quando

i rimedj coſtano di vantaggio, poſſono prevalerſi in queſto caſo dell' acqua di Seltz, che ha ella pure la forza diſſolvente.

In generale merita di eſſer raccomandata l'avvertenza di principiare l'uſo di tutti queſti rimedj ſolo in piccola doſe; da ciò ſi rileverà ſe conferiſcono, e ſe ſi devano continuare, aumentarne la doſe, ovvero rigettarli affatto. I ſanguigni, il polſo dei quali va celere, particolarmente ſe ſono ſpeſſo ſorpreſi da un calore, devono aſtenerſi dalle mentovate pillole, potendo da queſte accenderſi una febbre. L'uſo dei ſali neutri ſarà per loro più giovevole e ſicuro; ſi poſſono meſcolar con ſiroppo, e particolarmente con quello di Sambuco, e nella primavera poi bere il ſiero. La ragione è chiara, perchè ſi vogliono mutare i ſughi acrimonioſi, o togliere l'oſtruzione dei piccoli vaſi per mezzo di medicine attenuanti, e riſolventi. Sarebbe queſto ancora il caſo, in cui potrebbe ſervirſi con buon effetto dei medicamenti ammollienti internamente, o de' bagni eſteriori, come quello del Danubio.

Ma il voler trattare tutti i malati di nervi con queſto metodo ſolo, ſarebbe un eſporre molti infermi a mali ancora più grandi e irrimediabili. Si faccia la prova in una donna che patiſca d'irritabilità di ner-

nervi, le si dia del siero, e si faccia bagnare nell' acqua tiepida, e ben presto si manifesteranno debolezze, e deliquj. Perchè le fa danno tutto quello, che ammollisce le parti solide del corpo: Il cuojo il più forte viene ammorbidito dall' acqua calda; quanto maggiore esser ne deve l' effetto sul nostro corpo! L' abuso dunque del bagno caldo del Danubio, particolarmente l' estate non può esser se non se svantaggioso a tali persone.

A tutti questi resolventi si deve aggiungere qualche volta una medicina purgante, ma solo di un genere assai mite, acciocchè un troppo forte stimolo non cagioni un grave disordine. Attaccare in un tratto con impegno le ostruzioni ormai per molti anni invecchiate, non è da consigliarsi; quindi non di rado si eccitano malattíe che riducono alla morte. In simili casi bisogna che l' ammalato si contenti di una cura lenitiva. Ma essendo riuscito alla provida natura, ed ai medicamenti, che la favoriscono di levare totalmente le ostruzioni, allora devon esser fortificati i vasi nella stessa guisa, che già è stata descritta nell' Ipocondría *senza materia*.

L' ostruzioni non son l' unica causa dell' Ipocondría con materia, spesse volte proviene da un' acrimonia artritica, scorbutica,

ca, o venerea, che circola nel ſangue; ſpeſſe volte deriva da vermi, da pietra, da renella nei reni, molte volte dall' emoroidi, o dai menſuali ripurgamenti. Qualunque ſia di queſti mali, deve eſſer tolto avanti, che uno ſi ſerva di medicine corroboranti per rimettere i nervi in tono. Se voleſſi minutamente quì deſcrivere le maniere per levar tutti queſti mali, ne deriverebbero altrettanti trattati; ogni malattía nella ſua ſpecie è quaſi nuova, ed io mi contento di aver dato ſolamente al mio Lettore tanto lume, ch' egli poſſa vedere, quanta fiducia ſia da porre nelle medicine univerſali, alle quali i malati Ipocondriaci ſi abbandonano ordinariamente alla fine, quando ſono una volta dal loro lungo male annojati. Qual medicamento è capace di opporſi nel tempo medeſimo a tutte le sì varie, e ſpeſſevolte tra diloro contrarie cagioni dell' Ipocondría? Certamente rincreſce che non ſi abbia guadagnato altro dopo tanti per lungo tempo adoprati rimedj, che di eſſer formalmente dichiarato per Ipocondríaco, e che il male, che sì vivamente ci affligge, venga per la maggior parte attribuito a un' imaginazione ſtravolta; ma il ricorrere per queſto ai medicamenti univerſali, ſarebbe lo ſteſſo che andare incontro ad un male ancora più certo,

to, e ad un pericolo ſicuriſſimo, e di non dar fine che colla morte alla ſua vita infermiccia. Io ſon ſolito di riguardare queſti medicamenti univerſali come un cenſo che ſi vorrebbe imporre ad ogni malato. A chi rieſce di ricuperar con queſti la ſua ſalute, me ne congratulo di cuore, ancor più che con quello, il quale ha medicato la ſua malattía economica per il gioco del lotto; quello riſchiara più di queſto, e potrebbe eſſer contento ſe il ſuo grado di probabilità, non foſſe ſtato tanto più inferiore. Io ebbi ſotto la mia cura un uomo il quale a caro prezzo vendeva le ſue gocciole per qualſiſia caſo; ma era troppo cauto per ſervirſene per ſe medeſimo; riprova di quanto egli ſtimaſſe il ſuo rimedio univerſale.

Fino adeſſo ho accennato la maniera ordinaria di curare le malattíe nervoſe. Ma vi ſono ancora dei caſi preſſanti, ed aſſai pericoloſi, nei quali ſi brama ſollievo ed ajuto nel momento. *Le vampe, gli ſvenimenti, le convulſioni* richiedono pronti rimedj. Prima ſi veda, ſe gli ammalati ſono ſanguigni: in queſto caſo prima di tutto biſogna cavar ſangue. Io conſiglio queſto ſenza peraltro approvarne l'abuſo, per cui molti malati ad ogni piccolo attacco particolarmente di vertigini ſi fanno ſubito

aprir

aprir la vena. Per tali intempestivi salassi si rende il male indubitatamente peggiore, e più ostinato. Sarebbe da bramarsi generalmente, che si ponesse una volta riparo a questo abuso; la pienezza del sangue veramente cessa, ma le parti solide s' indeboliscono, e danno occasione ad una nuova ripienezza; sarebbe molto più espediente, che uno si attenesse ad un ben regolato metodo di vita, e si prevenisse la ripienezza del sangue con un moderato esercizio, e col moto.

Seguita che sia la cavata di sangue, in caso che fosse necessaria, si procura al malato nel tempo stesso un' aria libera e pura, dopo si soccorre con altri mezzi, se non potessero esser applicati subito in principio: medicamenti odoriferi, come assa fetida, castoro, spirito di corno di cervio, canfora, tenuti al naso, come ancora alcune gocciole di spirito di corno di cervio mescolato coll'ambra, e preso in una cucchiajata d' acqua prestano buoni servigi. Un lavativo di decotto di fiori di camomilla, mescolandoci dentro un poco d' assa fetida, o castoro fa un eccellente effetto. Altri bruciano della noce moscata, stracci, penne ec., e fanno salire il fumo per le narici.

Ma molti non possono nè punto, nè po-

poco soffrir l'odore di questa roba, il loro capo ne patisce troppo, ed il male s'inasprisce. In questo caso farà miglior servigio l'aceto forte, o l'acqua fresca, spruzzandola nel viso. Il chiamar l'ammalato produce qualche volta alcune mutazioni nei suoi nervi. In diverse circostanze si è obbligati ancora di applicare sulla nucca cerotti vessicatorj, acciocchè per un dolore nuovamente eccitato, che è bastantemente forte, venga quietata la convulsione in un altro luogo più pericoloso. Generalmente ho trovato che l'odor d'aceto, l'acqua fresca, ed un clistere, sono i rimedj più sicuri. Perchè essi almeno hanno l'eccellente proprietà di non far danno; quando viceversa altri mezzi possono diventare assai dannosi, se uno non si sia per una chiara esperienza acquistato la prontezza di trovare una sicura scelta di rimedj propria alle circostanze.

I *flati* ed i *rutti* sono i soliti compagni dell'Ipocondría. In casi urgenti si unisce un freddo ed irrigidimento delle membra, una incomoda vertigine ed una sì straordinaria angoscia, che gli ammalati credono di aver la morte vicina. L'orina che viene in copia, e scolorita, dimostra che l'attacco è Ipocondriaco.

In questi casi si vogliono alcuni ajuta-

re colle gocciole dell' hoffmanno, o col spirito di salnitro dolcificato; altri ricorrono all' acqua di comino; similmente altri, se il male principale è una colica, o una convulsione di stomaco, cercano ajuto dall' acqua di salvia detta dorata. Qualche volta questi rimedj fanno buon' effetto, ma presi fuor di tempo producono infiammazioni, o altri mali. Assai più presto e più spesso io vidi cedere tutti i suddetti attacchi, se il paziente pigliava una dramma d' occhi di granchj, e dopo, qualche tazza di scottatura di millefoglio: Se oltre a ciò mettevano i piedi nell' acqua calda, o li tenevano involti in panni caldi, cedeva il male ancora più presto. Se si osserva questo contegno, si sopprime l' acidezza che ingombra lo stomaco, si ristabisce la circolazione del sangue per tutte le parti, si rimette la traspirazione, per cui vien rimediato a tutto il male. La medesima scottatura di millefoglio può servire ancora invece di un clistere, se vi fossero uniti forti dolori di corpo.

In questo modo si pratica assai più sicuramente, che con tutti i suddetti rimedj, almeno il considerabil guadagno che si fà, è questo, che diminuiscono senz' altro gli attacchi, senza risvegliare qualche malattía che forse si teneva nascosta. Un esempio

piò schiarirà il fin quì detto. Piccole circostanze e mutazioni di tempo cagionano spesso all'Ipocondriaco grandi incomodi: se bagna i suoi piedi, o improvvisamente si fà fredda la stagione, senza che egli avesse tempo o occasione di difendersi con gli abiti opportuni, ei la sente subito; perchè la traspirazione rientra; ed i primi a patirne sono i nervi irritabili. Ancora non sa l'ammalato, nè forse il Medico, che si avvicina una distillazione di capo, una tosse, un reumatismo. Gli occhi di granchj, e la scottatura di millefoglio diminuiscono senz'altro pericolo i suoi attacchi convulsivi. Ma gli si dia invece di questo delle gocciole dell'hoffmanno, spirito di sal nitro, acqua di comino, o altri medicamenti calidi; i suoi attacchi de' nervi diventeranno sempre più miti, ed egli si sentirà meglio; ma viceversa un'infiammazione dei polmoni, una febbre ardente o qualche altro male simile, sarà la conseguenza dell'attuale miglioramento. Non sempre si dovrà pagare a sì caro prezzo l'uso delle medicine calide; ma è male abbastanza, che nel tempo di sua vita qualchevolta intervenga, peggio ancora se la prima cattiva conseguenza dovesse esser l'ultima.

Con seria riflessione consiglio gli occhi di granchio, o la polvere di gusci d'ostri-

che purgati, ma non calcinati; perchè ho osservato che simili malati hanno per lo più un'acidezza nello stomaco. Io era il Medico decimoterzo di una Signora, che aveva tentato invano i più preziosi rimedj corroboranti. La consigliai a prender giornalmente una mezz'oncia d'occhi di granchi, e di bebervi sopra dell'acqua fredda. In un istante cessavano ognivolta i suoi incomodi. Se ella potesse da se mantenere un'esatta regola di vita, non dubito punto, che in breve tempo non restasse liberata affatto dal suo male. Una quantità d'osservazioni fatte in varie malattíe di tal carattere mi confermò nella mia opinione. Niuno dei rimedj usati operò l'effetto desiderato, sinò a che non si rivolsero a quelli che assorbiscono l'acidità. Gli occhi di granchio presi giornalmente in una quantità sufficiente, ed un metodo esatto di vita, procuraron loro di nuovo dopo qualche tempo la salute, che molto tempo prima cercarono invano nei più preziosi medicamenti. Non posso perciò bastantemente ripetere, che si abbia ogni possibile attenzione all'acidità che spessissimo vi è interessata, e secondo ciò si stabilisca il modo della cura.

Le indigestioni cagionano spesso i più terribili accidenti. Tutti i rimedj che si pren-

prendono giovan poco, oppure per un tempo assai corto, se non si levan prima le impure materie con purganti dolci, e si cerchi dopo solamente di corroborare lo stomaco. Molto s' ingannerebbe, chi prima volesse accomodar lo stomaco con essenza di assenzio, o altri elisiri. Con questi non si leverebbe l' impurità dal corpo, anzi piuttosto si rinchiuderebbe in casa il nemico. Nondimeno niente vi è di più comune, che l'andar dietro immediatamente a tali rimedj corroboranti. Si tengono ordinariamente in casa, e prima eziandio di consultare un Medico; un piccol male ad un maggiore, senza paragone si riduce. Sarebbe molto più conveniente, fintanto che si dubita, se vi sia ancora della materia impura da espellere, di prender qualche tazza di scottatura di millefoglio, che io trovai giovevole nella maggior parte dell' affezioni nervose.

Viceversa conviene guardarsi ancora dall' opposto abuso, di non sempre appigliarsi ai medicamenti purganti. La maggior parte degli ammalati Ipocondriaci ed Isterici patiscono di ostruzioni: un secesso più frequente procura loro dell' alleggerimento, e non producendolo la natura, si cerca di effettuarlo con i rimedj purganti. Io non nego che si ricava ogni volta un momen-

taneo sollievo; ma con ciò non si pone freno ancora al male, anzi egli acquista sempre maggiori le forze. Perchè l'irritazione, che necessariamente eccitano i purganti, attacca di tempo in tempo tanto i nervi dello stomaco quanto dei visceri, e gli assalti convulsivi, che appena si credono quietati, tornano più presto e più forti. A tutti quelli che patiscono ostruzioni, io consiglio di disporre il corpo piuttosto con dei clisteri, che con medicamenti solutivi; perchè resterà così immune lo stomaco, colla maggior parte degl' intestini.

Quanto addussi finora della maniera di curare le malattíe Ipocondriache, sarà bastante ai Lettori non Medici, per consigliarsi in molti casi da se medesimi richiedendolo il bisogno, o per guardarsi dagli abusi, che nelle malattíe lunghe, nelle quali tutto si tenta, sono pur troppo frequenti. L'entrare in tutte le minuzie, e sottigliezze che oltre a questo si richiedono, presuppone una perfetta scienza medica: chi non possiede questa, non le potrebbe intendere; ma chi una volta le ha, può facilmente far di meno della mia Istruzione.

Del

## *Del regolamento di vita.*

RImane ancora il regolamento di vita, la parte più importante della presente mia Istruzione, non solo perchè essa nelle malattíe de' nervi, vale ancora più delle medicine le più preziose, ma ancora perchè sarà al mio Lettore più intelligibile e più utile di quanto finora è stato proposto in generale, e concepito quasi secondo la capacità di quei, che sono inesperti nella scienza medica. Il regolamento di vita non si riduce solamente al puro nutrimento; devonsi ancora prendersi in considerazione l' aria, il tempo, il moto, il sonno stesso, le passioni, e l' evacuazioni. Ciascheduno di questi oggetti richiede l' attenzione del malato, e certe regole di contegno secondo le quali si deve comportare, se vorrà seriamente ajutare la sua indebolita salute. Felice quello a cui la natura o la fatica ha concesso una corporatura sì forte che non risenta incomodo dall' allontanarsi da un esatto metodo di vita; ei non ha bisogno di queste regole mediche, la di cui osservanza è inevitabile a una corporatura debole, o troppo irritabile; tuttavía

acquisterà sempre più una più forte complessione, se non le crede indegne affatto della sua attenzione; Una durevol salute, ed una vigorosa vecchiaja sarebbero probabilmente le grate conseguenze, che la sana e robusta corporatura potrebbe compromettersi da un metodo di vita a lei conveniente. Per prevenire qualunque disordine, tratterò distintamente un dopo l' altro i differenti articoli.

## *L' Aria.*

L'Aria, elemento necessario alla vita, ha un grandissimo influsso sopra ogni corpo; ma gli ammalati particolarmente ne risenton l' effetto. Non deve perciò parer superflua qualunque premura di tener la medesima purgata quanto sia possibile. Vi sono degli impedimenti generali, di toglier i quali non sta nell' arbitrio d' un privato. Solamente potrà bramare, che le strade sian nettate, particolarmente nei sobborghi, che l' immondizie de' luoghi, ed il concio trasportate non siano da un angolo all' altro della Città, ma piuttosto per la porta più prossima, che ogni casa della Città non diventi una commune ritirata, e non si riem-

riempia l'aria del cattivo odore, e delle esalazioni d'orina putrefatta.

La melma, che svapora, del fiume Vienna, e l'acqua morta nei fossi della Fortezza devono necessariamente corromper l'aria con esalazioni putride, che di tempo in tempo respiriamo, particolarmente quei che abitano vicino a questi stagni. Nei sobborghi quasi ogni strada ha da ambe le parti pessime esalazioni; il di cui fetore ci fa facilmente arguire, quanto da ciò venga infettata l'aria. Nè può seguire diversamente fino a che resta a tutti permesso, di gettare nei canali contigui alle case, l'orina, la saponata, ed altre immondizie, senza che alcuno ci pensi a pulirli.

Abbiamo dunque buonissima speranza, che finalmente sarà posto termine alle comuni doglianze, e non saranno più tollerati i cimiterj in mezzo alle case abitate, ma che trasferiti saranno fuor delle *linee* (*a*). Ma sarebbe desiderabile, che ancora gli Spedali fossero allontanati dagli abitanti dei sobborghi, ed eretti in una situazione, in cui i venti potessero facilmente portar via tutte le cattive esalazioni, senza riportarle

verso

(a) Linee *di Vienna sono l'antemurale dei Sobborghi*.

verſo la Città, o le caſe contigue. Il provvedere ſimilmente a tutti quei meſtieri, le opere dei quali neceſſariamente infettano l'aria, manterrebbe l'atmosfera della noſtra Città aſſai più purgata. Ma ſiccome tutte queſte mutazioni ſono ſoggette a infinite difficoltà, così reſteranno per lungo tempo le noſtre brame ineſaudite. Tutto quello, che i malati Ipocondriaci, per i quali l'aria putrida è un dannoſiſſimo veleno, potranno procurarſi, è di evitare i luoghi, nei quali in maggior numero ſi uniſcono ſimili perniciose cagioni.

Viciverſa è un opera della noſtra propria vigilanza, di tenere almeno nelle noſtre proprie abitazioni l'aria tanto purgata quanto è poſſibile, e di allontanare tutte quelle cagioni, che non ci laſciano reſpirare l'aria sì pura, come l'eſterna.

Quanto meno corpi eſalanti ſono nelle noſtre camere, tanto più pura rimane in eſſe l'aria. I cani, i gatti, gli uccelli per quanto ſaranno tenuti puliti, infettano ſempre l'ambiente. Le frutta, i fiori, o i vaſi ripieni d'erbe odoroſe, non ſolo guaſtano l'aria, ma eziandío ſono nocivi a coloro, i quali patiſcono di affezioni nervoſe, a cagione del loro odore; particolarmente ſe reſtano la notte ſerrati nelle camere.

Si

Si crede di purgar l'aria nelle camere, in particolare dopo il cibo, per mezzo dei suffumigj. Ma uno s'inganna; il cattivo odore viene veramente modificato, o per dir meglio, viene scacciato da uno più forte: ma l'aria non può per questo diventare più purgata, piuttosto resta infettata da nuove particelle ugualmente eterogenee. Meglio si farebbe, se si aprissero le finestre per far sortire il cattivo odore, e fare entrare in sua vece l'aria pura.

Nessun'aria è generalmente più sana e pura di quella che è libera e aperta. Si eccede però, se d'Inverno si tengono sempre le contraffinestre serrate, e si difendono le porte da per tutto con portiere, per escludere tutta l'aria pura. Piuttosto si dovrebbe tener per regola generale di tenere, ogni volta che si trova l'aria infetta, aperte le finestre almeno per qualche minuto, o di muovere senz'altro le porte in quà e in là. Questo metodo di ripurgar l'ambiente, è l'unico; tutti i profumi a nulla servono: ma bisogna usare la diligenza di andare in un altra camera, mentre le finestre sono aperte.

Si osservi solamente, a quanti spesse volte nelle grandi conversazioni sopraggiungono delle mancanze. Appena respirano un aria più libera, che subito si trovano

alleg-

alleggeriti. L'esalazioni di tanti astanti, l'odor dei cibi, la quantità dei lumi infettano l'aria. Il medesimo segue nelle Chiese, ove è gran concorso di popolo particolarmente trovandosi in essa seppelliti dei morti, ed accesi molti lumi. Da ciò si conchiuda quanto nuocer deve un'aria morta serrata nelle camere, che tutto il giorno e la notte ancora respiriamo, mentre in molte circostanze può produrre nei corpi delle mutazioni molto sensibili.

Nel corso del giorno pertanto mutiamo aria, non restiamo sempre nell'istessa camera, esciamo fuor di casa, e respiriamo più liberamente, ma durante la notte tutta l'aria è chiusa, e noi la respiriamo senza mutazione. Perciò dovrebbe essere nostro particolar pensiero la scelta della camera da dormire. Non la più piccola, ma la più grande stanza che di giorno è ventilata, dovrebbe a tal oggetto essere scelta, e dovrebbonsi togliere tutte le cagioni che sogliono contribuire a infettar la notte il nostro ambiente. Bandirei dalla medesima tutti i vasi da notte, per quanto artificiosamente siano lavorati; eglino posson bene appagar l'occhio ma non il naso, che fa bene il suo ufizio. Se l'orina che si fa avanti il dormire esala tutta la notte, chi crederà, che esalazioni così corrotte non sian nocive.

Il

Il lume della notte merita ancora la nostra attenzione. Arde in quasi tutte le camere di letto, e riempie l'aria di particelle impure. Si entri la mattina prima che siano aperte le finestre, in tale stanza, per convincersi quanto distintamente si scuoprono subito l'esalazioni del lume della notte. Queste noi respiriamo continuamente, e ci maravigliamo se la mattina, quando ci svegliamo, troviamo da lagnarci d'indebolimento o di serratura di respiro. Il mio consiglio sarebbe di tener la lampada di notte in un altra stanza, e di congegnarla con una macchinetta del tutto fuori di finestra. Nella medesima camera da noi destinata una volta per dormire, mangiarvi nel tempo stesso, fermarvisi il rimanente della giornata, o tenervi animali o cose odorifere, non si può combinare colla salute: l'aria deve essere necessariamente impura all'ultimo grado. Ma se mai per qualunque cagione non può succedere diversamente, dovrebbe almeno di giorno più spesso, e sopra tutto di notte esser ventilata.

Nelle Città molto popolate, dove gli abitanti sono l'uno sopra l'altro ammassati, dove l'immensa quantità degli uomini e degli animali riempiono l'aria di loro esalazioni, dove le case alte chiudono l'ingresso

gresso ai venti, dove è inevitabile, che paludi, acque stagnanti, roba putrefatta gettata fuori, Spedali, Bottini, e cento altre cause non infettino l'aria, non si potrà giammai bastantemente rimettere il malato Ipocondriaco. Egli dunque non può sceglier meglio che di passar l'Estate permettendolo le sue forze, in una salubre campagna. Durante l'Inverno uno si può preservare in una gran piazza, in una situazione ariosa della Città, e in Camere alte e spaziose.

Quanto si è detto riguardo all'aria pura, potrà bastare; le rimanenti qualità nocive, per cui l'aria agisce principalmente sopra i corpi irritabili, non potranno esser sfuggite. Sarebbe desiderabile che fino dal tempo della prima educazione, di che forse parlerò un altra volta, si assuefacesse il corpo in modo, che non gli fosse subito, così sensibile ogni mutazione dell'aria. Ma a chi ha la disgrazia di sentire l'influsso di qualunque tempo, altro non gli resta, che di uniformarsi alle sue mutazioni, difendersi, quanto può, e prevenire i dannosi effetti del medesimo.

Il

## *Il Tempo.*

IL Tempo è sottoposto solamente a quattro mutazioni principali, perchè o è freddo, o è caldo, asciutto, o umido.

Il *Freddo asciutto* fortifica il corpo, e non è nocivo, se si ha la doppia avvertenza, di custodirsi bene coi vestiti per una parte, per l'altra di non esporsi mai al medesimo, quando uno è riscaldato. Meglio di tutto è, se non si fanno riscaldar troppo le camere: si può prendere il grado 14. sul Termometro di Reaumur per regola d'un moderato calore. Chi una volta si è assuefatto a tener la sua camera riscaldata a segno di provocar quasi il sudore, va incontro al pericolo, appena che esce, di esser malamente trattato dal freddo. Consiglierei anche a ciascuno, di non aggravarsi di tanti vestiti contro il freddo: un tal corpo nuota quasi nelle sue esalazioni: ogni freddo che gli sopravviene, ogni benchè piccolo vento gli cagiona il raffreddore, catarro, e reumatismi, per i quali si risvegliano i suoi accidenti nervosi.

Non posso quì fare a meno di notare un'abu-

so

so assai nocivo: alcuni portano della bajetta sul corpo nudo; non è che io ciò disapprovi: ma lasciando la medesima sempre sul corpo, come alcuni soglion fare, allora diventa ad essi nocivo quel che stimano vantaggioso; L'esalazioni si attaccano alla bajetta, e da questa il corpo le riassorbisce. Sarebbe similmente pregiudicevole di non mutarsi per lungo tempo la camicia. Tutta la premura datasi per purgar l'aria sarebbe inutile, se non si pensasse nel tempo stesso alla pulizia, e cambiamento dei suoi abiti, particolarmente di quelli che immediatamente toccano il corpo.

Il *Freddo umido* è nocivo al corpo; basti solo il dire che impedisce la traspirazione: la cosa più sicura sarebbe, se i malati Ipocondriaci mai si esponessero all' aria umida. Ma questo è un voler troppo: sarà dunque bastante, se custodiranno il loro corpo con sufficienti abiti, e principalmente le gambe da ogni umidità. Ho osservato in molti, che subito acquistavano il raffreddore, ed i reumatismi, quando i loro piedi non eran difesi dall' umido. Ancor questo dei casi non è sempre evitabile. Se una volta segue, bisogna procurare di rasciugare i piedi subito che sarà fattibile. Se questo non potesse seguire per lungo tempo, e se si ha l'esperienza, che da

da ciò vengano risvegliati gli attacchi Ipocondriaci, o risvegliati altri mali, allora non bisogna che rincresca di bagnare i piedi nell' acqua calda, e di bere alcune tazze di tepida scottatura di fiori di Sambuco. In questa guisa vien di nuovo provocata la traspirazione, ed impedito qualche male, che ci aggraverebbe per lungo tempo.

Il *Caldo asciutto* giova comunemente a tutti quelli, che sono tormentati da affezioni nervose. Essi hanno la loro regolare traspirazione, e se ne trovano bene. Ma se mutano subito vestito dopo un forte riscaldamento, o incautamente si ricreano col fresco della sera; allora necessariamente rientra dentro la traspirazione ed espongono il loro corpo a nuovi guaj.

Il *Caldo umido* viceversa, particolarmente spirando il vento scirocco, non indebolisce niuno tanto, quanto i malati Ipocondriaci. Essi diventan deboli, abbattuti, inquieti, ed incapaci per gli affari. E siccome non si può levare nè la causa, che è fuor di noi, nè attendere un altro effetto, finchè non si acquista un corpo più forte, che sia meno sensibile, indi è, che quì ogni ajuto di medicina è superfluo eccettuata la necessità di opporsi sul bel principio ai casi urgenti, quando si palesino. Del rimanente deve l' Ipocondriaco con

 di-

divertimenti, ricreazioni e moto procurare di non degnare il male presente di alcuna ulteriore attenzione, per non renderlo peggiore col riflettere, e coll'imaginare.

Tutte le imminenti mutazioni di tempo sono sensibili all' Ipocondriaci; un'imminente pioggia, una prossima neve, un temporale che sovrasta, fanno già da lungo tempo prima grand' impressioni sopra simili vivi ambulanti Barometri. Non si ascriva questo alla forza imaginativa, non è solamente proprio agl' Ipocondriaci; Anche quelli che portano una vecchia, benchè sanata piaga, risentono il medesimo senza che ad alcuno venga in mente d'incolpar la loro imaginazione. Gli uccelli stessi, e i pesci si accorgono delle vicine mutazioni di tempo: l'aria che a poco a poco prepara il cambiamento del tempo, benchè visibilmente ancora non dimostri alcuna mutazione, agisce non ostante sopra i nervi irritabili del più debole, avanti che sia divenuta sensibile al più forte.

Siccome non è in potere nè del malato, nè del Medico l'impedire simili cambiamenti, indi è, che non si può scacciar neppure con alcuna arte medica l'effetto dei medesimi. Bisogna seguire la sopra mentovata regola; gli accidenti pressanti si devono mitigare; gli accidenti comuni non si de-

si devono attendere. Piacevoli, e variabili divertimenti uniti particolarmente al moto della macchina, apprestano i più eccellenti servigj. Del rimanente nella stessa proporzione, in cui scema la malattia, diminuirà ancora la sensibilità di queste mutazioni di tempo.

Nessun tempo è più pericoloso agl' Ipocondriaci di quello dell' Autunno, e della Primavera. Poichè in queste stagioni si è, che noi soffriamo quasi in un sol giorno le mutazioni che sogliono accadere in un mese; ordinariamente abbiamo la mattina e la sera un' aria fresca e umida, e viceversa a mezzogiorno spesse volte il Sole riscalda egualmente che d' estate: non è eccessivo il riguardo, particolarmente per quelli, le di cui traspirazioni vengono facilmente impedite, di scegliere mattina e sera abiti diversi, che gli difendano dal freddo e dall' umido, o generalmente si mutino de' soliti vestiti presto nell' Autunno, e tardi nella Primavera. Essi prevengono con ciò molti mali; ma sopra tutto si devono riguardare dalla ventilazione, in particolare quando son riscaldati. Siccome i nervi si risvegliano la maggior parte a cagione di una riassorbita traspirazione, così essi non devono trascurare quest' attenzione, per quanto potesse loro esser incomoda, fino a

tanto che non abbiano una volta fortificato il sistema nervoso del loro corpo.

Che l'aria ed il tempo abbiano un' influenza per lo più considerabile sopra i corpi Ipocondriaci, è indubitato. Nasce per altro la giusta questione se la mutazione dell'aria e dell'atmosfera possa promettere de' grandi vantaggi, e principalmente quando uno si è accorto, che l'aria, la quale si è solito di respirar di continuo, ed il tempo istabile, a cui uno è stato fino ad ora esposto, non vogliono esser troppo confacevoli; ciò verrà deciso, se il male contro tutti gli adoperati rimedj resta ancora ostinato, e che appena svanito ritorna. L'esperienza lo confermò, ed io sono intieramente d'opinione, che in molti casi non vi sia cosa più proficua che la mutazione dell'aria. Ma questa dev' esser pura, adattata al temperamento, all'età, e ad altre circostanze. Ognun vede che l'esame di tutto ciò incombe ai Medici abili. Il voler quì trattare quest' oggetto minutamente, e sviluppare ogni punto esattamente, sarebbe lo stesso che condurre il Lettore in una oscurità, da cui certamente o almeno collo sperato vantaggio non potrebbe tirarsi fuora.

---

## *Il Nutrimento.*

QUelli il di cui ſtomaco digeriſce tutto, non ha biſogno di preſcrizione. Io ſcrivo ſolamente per quelli, i quali per cauſa della ſenſibilità dei loro nervi ſono facilmente ſottopoſti a incomodi perchè il nutrimento indeboliſce i loro nervi ancora di più, e rende peggiore o più lunga la loro malattía. Io non ſtarò colla bilancia alla mano, per peſare ſcrupoloſamente ai miei Lettori, quanto ſia loro permeſſo di mangiare e di bere. L'educazione, l'età, la conſuetudine, il clima, ed altre circoſtanze vogliono in queſto mantenere i loro antichi diritti. Queſto dipende per la maſſima parte da loro, e il voler ordinare a tutti gli uomini quaſi un medeſimo peſo, non sarebbe niente più ſaggio che il voler tagliare a tutti egualmente ſcarpe grandi.

Conviene riportarſi generalmente alla regola ſemplice di non mangiare in una volta tanto da non aver più appetito a mangiar dell'altro. Molti, lo sò, hanno l'aſſuefazione di mangiare una ſola volta ogni 24. ore e ſe ne trovano bene. Uno a tutto ſi può accoſtumare, finchè ſi è

giovani robusti e sani: in questo stato si commettono anche impunemente i più grandi disordini. Ma io l'ho da fare con macchine deboli; queste la sbaglierebbero all' ingrosso, se volessero prender quelli per modello.

Tutti gli animali, giacchè rapporto al nutrimento, quello che è proprio delle Bestie, si deve considerar proprio anche all' Uomo, sentono un istinto di mangiare spesso ma poco per volta. Dopo un cibo moderato, la digestione finisce dentro le 8. ore: se noi contentiamo lo stomaco solo una volta il giorno, egli si riduce estremamente vuoto nelle rimanenti sedici ore. Questo salto nella natura ridonderebbe in male ai miei malati. Ma ancora ai sani riuscirà alla fine svantaggioso. Se questo si mette di nuovo a tavola, sente fame, o certamente grande appetito, inghiottisce avidamente quello che gli viene d'avanti, non si prende tempo bastante per masticare, e si dà con ciò occasione all' indigestione, egualmente che a tutti i mali, che da questa provengono.

Ma il mangiare una sol volta il giorno è per lo più un errore in quelli che patiscono affezioni Ipocondriache. Essi sentono molto più disordine, ogni volta, che aggravano lo stomaco, e per sovvenire al-

la

la loro fiacchezza, cercano più spesso ancora del sano qualche specie di ristoro. Fuori delle solite ore del nutrimento del mezzogiorno, e della sera, vogliono la mattina subito che si alzano da letto, ed ordinariamente nel tempo che passa tra il desinare e la cena nutrirsi. Questo sarebbe da permettersi con facilità a macchine deboli, e infermicce, se tanto la quantità, come la scelta del nutrimento fosse sempre esatta.

La dannosa costumanza di rilassare maggiormente la mattina di levata i suoi già fiacchi nervi con calde bevande, è troppo comune, per poterne sperar subito una salutare riforma: non ostante non posso tacere al mio Lettore, che niente gli è più nocivo di questa alla sua malattía nervosa. Siccome il freddo corrobora, così il caldo indebolisce. Desidero adunque sinceramente, che si bandiscano per colazione tutte le bevande calde, e specialmente le forestiere. Una volta che resti abolito questo abuso, i nostri posteri appena crederanno, che noi in un Paese, che la natura ricolmò con tanta abbondanza di viveri, abbiamo fatto venire dall' Asia, e dall' America una bevanda per renderla quasi a tutti giornalmente comune. Se queste bevande avessero finalmente la virtù di fortifica-

re la nostra macchina, di renderla stabile, e di conservarla dalle malattíe, la nostra ghiottonería meriterebbe almeno una scusa. Ma per appunto segue il contrario. Esse c' indeboliscono avanti il tempo, ed appena ci permettono di poter aspirare a quella vigorosa vecchiaja, di cui si potevano gloriare i nostri Avi, i quali di tali forestiere bevande, o non facevano uso alcuno, o almeno uno assai moderato.

Non voglio peraltro con questo rigettare affatto, e senza eccezione queste bevande. Che fosse più vantaggioso alla nostra salute, se non ne avessimo giammai conosciuti neppure i nomi delle medesime, ne son troppo certo; ma chi una volta a queste si è assuefatto, e si sente bene, o almeno non soffre cattive conseguenze, può continuar sempre, purchè si riguardi dagli abusi, i quali spesso accompagnano l' uso. Se una volta si vuol bere del caffè, perchè devesi avidamente inghiottire l' indigesta pellicula nuotante sul latte.

L' acidità, i rutti, lo stomaco guasto, la mancanza dell' ordinario appetito, l' indigestioni sono spesse volte le conseguenze di un momentaneo piacere.

Si attribuisce generalmente alla cioccolata una forza corroborante, ma si esaminino le sue parti componenti, nelle quali

li si contiene questa forza. Il caccaos, lo zucchero, e forse un poco di cannella o vainiglia forma tutta la sua composizione. Che il zucchero non fortifica lo stomaco è noto a tutti: e del caccao, benchè non sia sì notorio, è certamente lo stesso. Egli fa un burro; è dunque un corpo oleoso, ed emolliente, il quale sicuramente piuttosto che fortificare, indebolisce. Chi dunque può egli mai imaginarsi, che la forza, che proviene da pochi grani di preziosa vainiglia, sia proporzionata alla floscezza, che produce l' emolliente caccao sciolto nell' acqua calda? Se la cioccolata riscalda, ciò dipende principalmente da questo, perchè l' untuosità del caccao diventa, a motivo della tostatura, empireumatica; ma in generale e in quanto a se stesso è da considerarsi per un genere nutritivo. La prevenzione che sia tanto migliore quanto è più vecchio, e riposato non può essere che pregiudicevole alla salute; perchè è naturale, che il principio oleoso del caccao, conservandosi lungo tempo deve rancidire.

Molti si figurano che la cioccolata ajuti la digestione, accomodi lo stomaco, ed ecciti l' appetito; perchè questo appetito lo trovano sul mezzogiorno più forte, di quando hanno preso la mattina il caffè. L' esperienza sarà verissima, ma la cagione si

po-

potrebbe forse prima ritrovare nelle circostanze, che nella natura d'ambedue queste bevande. Io son ben persuaso che il fior di latte nutrisca più del cattivo caccao, che ordinariamente si piglia nella cioccolata. Il pane che a questo effetto si consuma, per solito non si considera; almeno si comprenderà facilmente, che due tazze di caffè richiedono più consumo di pane. E' dunque una maraviglia che dopo presa la cioccolata, l'appetito divenga maggiore?

Per altro confesso volentieri, che è più facile di toglier di mezzo ogni sorta di colazione, che di proporne una nostrale più utile. Invano si ricorrerebbe al thè, o alla zuppa. A quelli i quali patiscono di mal di nervi, non si confà nè l'uno, nè l'altra. Essi devono generalmente astenersi da tutte le bevande calde, che rilassano; perchè sarebbe ben curioso, che uno s'imaginasse d'aspettar dall'acqua calda una virtù corrobante.

Ma se tutto questo vien proibito, si dirà, che non ci resta più colazione? Durante l'inverno, io son d'avviso che a prendere un poco di vino col pane, contribuisse alla corroborazione dei nervi, assai più di tutte le colazioni che ora sono in usanza: Quelli il di cui stomaco fosse soggetto a patire dell'acido, dovrebbero

sce-

scegliere il vino di Toccai, di Rarersdorf, di Schumlau, di Oedemburgo, d'Erlavia (a): Le frutta che si possono conservare nell' inverno sarebbero a molti assai più giovevoli delle bevande calde. Se alla fine dovrà essere una zuppa, si faccia di vino o di birra: questa fortifica in parte, ed è molto conveniente a questa stagione.

Nell' estate si può prendere il latte fresco invece delle frutta mature. Altri si contentano dell' acqua fresca, la quale è da consigliarsi particolarmente a quelli, il di cui stomaco è inclinato a produrre dell' acido, perchè il latte, e le frutta accrescerebbero il male. Per quanto io sia convinto che parlando anche in generale, queste proposte specie di colazione fossero al mio malato molto più utili di quanto esso suole ordinariamente prendere, pure io non voglio obbligarlo ad alcuna: so, che l' educazione, e l' uso hanno concesso a queste bevande un diritto, che non si può levar loro, senza che uno sene risenta. Benchè col tempo si muti la consuetudine, pochi nondimeno si risolverebbero ad assumere un metodo di vita quasi nuovo, il quale almeno in principio non è senza qualche dif-

i ficol-

(a) *Vini scelti d' Ungheria, dei quali il principale è il famoso Toccai.*

ficoltà. Potrebbero i genitori aver tanto amore per i loro figliuoli da non assuefarli a tutte le bevande debilitanti, che certamente ad essi sono nocive, e delle quali dopo un lungo uso, per quanto volentieri far lo volessero, più non potranno sì facilmente far di meno.

Il pranzo per le persone indisposte deve esser necessariamente diverso da quelle per le sane: Quello che a questi non reca verun pregiudizio attuale, può a quelli esser grandemente dannoso. Sarà loro più confacevole, se lo faranno consistere in pochi cibi semplicemente preparati. Con quest' arte hanno i nostri Padri prolungata la loro vita, e conservata la robustezza dei loro corpi. Una sorta di carne è sufficiente; molte sorte tra loro mescolate piacciono bene al palato, ma fanno tanto peggio allo stomaco. Quello la di cui ingordigia non può contentarsi di una sorta sola, potrà tentare ancor la seconda; ma io non lo consiglierei mai; pensi che è malaticcio, che vuol ristabilir la sua forza e sanità, e che dunque non può permettersi più di quello, che si sono permesso i nostri vecchi sani, e robusti.

Si mangi perchè si sente fame, non perchè suona il mezzogiorno. Mangiare adagio, vuol dir masticar bene, acciò venga

ga facilitata la digestione. Mangiare moderatamente vuol dire, mangiar fino a tanto, che tutto l'appetito sia soddisfatto: si può esser sazio, benchè rimanga ancora un poco d'appetito. Generalmente è nocivo ai malati, che patiscono di affezioni nervose, se danno al loro stomaco molto da lavorare tutto in una volta. Essi non possono esser in ciò abbastanza guardinghi, non di rado gli tormenta una straordinaria fame; se a questa cedono ne seguono flatuosità, affanno, indigestione. Si può prender per segno certo, che non sia caricato di troppo lo stomaco; quando dopo il cibo si hà la medesima prontezza per le sue occupazioni, come per l'avanti.

Si conti una sol volta in un benchè moderato pasto quante sorte di animali sono stati ammazzati, quanto grasso indigesto, quante sorte di spezie siano state profuse in abbondanza, per riaver subito che è possibile dallo stravizio la nostra macchina. Ancorchè noi volessimo sinceramente, e di vero cuore soddisfare quest'oggetto, non avremmo potuto scegliere mezzi più attivi. Tutto il grasso è estremamente nocivo ai malati Ipocondriaci, lo stomaco dei quali è ordinariamente debole, perchè le parti solide son rilassate, e i sughi non sono bastantemente elaborati per digerire il gras-

grasso. Se il butirro è un poco stantío, se l' arrosto è lardellato, l' Ipocondriaco se ne risente subito poche ore dopo. Ogni sorta di pasticcería gli fa male, per quanto ancora la forma esteriore lo tenti; molti non comprendono, perchè la tenera carne d' agnello produca nel loro stomaco sì spesso del disordine. La ragione è facile a concepirsi; si pensi solamente, che se la carne d' agnello deve esser morbida, quanto grasso deve necessariamente circondare li suoi filamenti.

Egli è un abuso delle nostre cucine di bagnar qualunque arrosto con una quantità di butirro, e di affogar quasi nel grasso tutti i secondi piatti; quindi gli spinaci e i cavoli neri, per la di cui squisita preparazione è necessario molto grasso, di rado son salutari all' Ipocondriaco. Chi attende dagli erbaggi a cagione delle sue circostanze buon effetto, faccia bollir l' erbe nel brodo, e poi le sprema. In questa guisa non solo vien liberato dal grasso indigesto, ma risparmia ancora al suo stomaco la fatica di digerire gli steli inutili dei vegetabili.

**Generalmente devono gl' Ipocondriaci astenersi da tutti i cibi, che sono di difficile digestione, o flatuosi, o che accrescono l' acidità dello stomaco. Alla prima classe appar-**

appartiene principalmente tutta la carne seccata al fumo, tutti i cibi che son fatti di farina cruda, e tutti i funghi i quali, essendo di difficile digestione, vorrei affatto sbanditi dal numero degli alimenti. Che i legumi cagionino gran flatuosità, è noto; e chi vorrà usare attenzione, troverà, che i cibi accomodati col sugo dei limoni gli saranno per lo più nocivi. Io parlo degl' Ipocondriaci, e particolarmente di quelli, il di cui stomaco contiene un acido superfluo.

Nondimeno non si può stabilire una regola certa. Una Signora, che è fortemente tormentata da affezioni nervose, e principalmente dai flati, non si trova mai meglio, se non dopo aver prese delle radici. Un altro il di cui stomaco digerisce poco, prova dopo mangiato il formaggio, non solamente nissuna indigestione, ma anzi un' alleggerimento. Perciò ci resta l' unica strada di essere attento con un regolato modo di vivere a quello che ci fa bene, o male, e di fabbricare sopra tali osservazioni regole per il proprio contegno, senza per altro negare attenzione alle massime comuni.

Chi abonda nello stomaco di acidità, comprende facilmente, che deve sfuggire il latte, i farinacei, gli erbacei, le frutta,

ta, e principalmente l' insalata alida. Sbagliano adunque all' ingrosso gl' Ipocondriaci, se vogliono medicarsi generalmente e senza differenza colle frutta; viceversa se l' Ipocondría procede da ostruzioni di visceri, allora gli giovan le frutta, e gli erbaggi, come rimedj solventi. Ma essendo la debolezza dello stomaco e dei visceri l' origine dell' Ipocondría, queste frutta non gli farebbero troppo vantaggio, Esse produrrebbero facilmente un' acidità, ed accrescerebbero il male.

E' forse da merenda tanto necessaria che uno non possa farne di meno per alleggerire il travaglio allo stomaco? Se ciò è una conseguenza del pranzo moderato, potrà passare ancora; ma se in ciò ha solamente parte la voglia, e la consuetudine, se non è terminata la digestione del pranzo, a che serve l' ammassar nuovi pesi? Qui è dove, io pensava, sarebbe opportuno e a proposito per dare un bando totale al caffè e alla cioccolata. Non si può imaginare con quanta liberalità si dispensino queste bevande, nelle visite ancora di sera non si ha riguardo alcuno di cambiarle con limonate, orzate, gelati, e pasticcería, non ostante, che le cattive conseguenze ci abbino avvertiti ad aver miglior cura del nostro stomaco.

Vi

Vi ſon molti, i quali mangiano una ſol volta il giorno; io dunque non chiedo troppo, ſe deſidero bandita la merenda per cauſa del pericolo dell'abuſo. In quanto alla cena per i miei malati l'affare è diverſo. Per quanto un ſano ne poſſa fare ſpeſſo di meno, non è così da conſigliarſi ad un debole. La languidezza dello ſtomaco; ed una mancanza di calor naturale diſturberebbe non di rado il conſolante ſonno; mentre al contrario vi ſarebbe pericolo la mattina, ó a mezzogiorno di aggravar di vantaggio lo ſtomaco per ſoddisfare gli ſtimoli del ſuo più gagliardo appetito.

Del rimanente non ſi deve mai penſare alla cena prima che, finita la digeſtione, tornato non ſia l'appetito. Quanto più ſcarſa ſarà, tanto più quietamente ſi può ſperar di dormire. La qualità dei cibi medeſimi deve eſſer diverſa da quei del pranzo, e di facile digeſtione. Non è mio intendimento di provvedere il Lettore di un ſcelto libro di cucina. Solamente conſiglio a ciaſcuno, che rifletta ſulla conſuetudine ed eſperienza per prendere una giuſta ſcelta, e quantità dei cibi proporzionata alla ſua poſſibilità di digerirli. Gran quantità di carne, non la permetterei al mio malato e molto meno gli confarà, ſe appena cenato ſi mette a letto.

La bevanda non è una parte meno essenziale del nutrimento umano, di quel che lo sono i cibi; perchè non solo nutrisce in parte per se medesima, ma contribuisce ancora al discioglimento dei corpi solidi, e fortifica lo stomaco per il suo travaglio. L' acqua limpida attinta da una fresca sorgente è fuor di dubbio la più naturale bevanda, e la più confacente all' umana salute. Ancor quì ci deve guidare la consuetudine, e l' educazione.

Chi è avvezzo una volta a una qualità d' acqua, prova nella mutazione accidenti, che gli conviene soffrire, finchè non è assuefatto alla nuova o non riprende la prima.

Ad un mio Amico, che aveva mutato l' abitazione, fece sì cattivo effetto la nuova acqua, che per più giorni fu tormentato da dolori nel basso ventre, ne vollero cedere fino a tanto che non si risolvette a bere di una pubblica fonte.

Noi per verità abbiamo nell' Austria generalmente dell' acqua buona. Ma siccome ad un malato Ipocondriaco molte cose cagionano parecchi incomodi, dei quali non soffrono altri, indi è, che non increscerà di avere usata ogni attenzione nella scelta dell' acqua. Quanto più lungamente corre un' acqua sopra un terreno arenoso, quanto più

più presto si scalda al fuoco, quanto più presto si raffredda, in quanto meno spazio di tempo cuoconsi in essa i legumi, quanto più libera finalmente è d'ogni sapore, e odore, tanto più purgata vien giudicata. Alcuni preferiscono l'acqua di fiume filtrata, e particolarmente coloro che sono di un temperamento atrabiliario, e soggetti a stitichezza di ventre.

Quelli che hanno uno stomaco debole, o nervi irritabili, non possono per il solito digerire la birra. La nostra birra quasi mai trovasi bastantemente purgata dalla feccia, e per mancanza di una sufficiente preparazione dell'orzo bagnato e tosto, facilmente inforza. Sarebbe desiderabile, che in questo caso fosse prescritto un metodo ai fabbricatori di birra, acciocchè la nostra salute avesse a temer meno pregiudizio da questa bevanda. Quegli che voglion ber della birra, non ostante che siano convinti di avere uno stamaco debole, devono preferir l'aspra, che almeno non gli sarà tanto nociva.

La birra, non ben fermentata, conferisce egualmente poco che il mosto o il vino nuovo. Se la fermentazione non è ancora passata, vi sono allora molte particelle impure frammischiate, che tutte s'inghiottiscono. Oltre di questo contengono

tali bevande gran quantità d'aria, che per la sua elasticità cagiona nello stomaco affanno, flatuosità, vomito, e scioglimento di corpo.

Ai sanguigni e a quelli che hanno il sangue viscoso, sarà più giovevole la birra di Horn (a); ma al comun pregiudizio, che essa rinfreschi non presterà fede alcun uomo di senno. E' raro, che possa diventare comune tale opinione di una bevanda inebriante.

Per uno stomaco debole, il vino è il rimedio corroborante più naturale, sebbene lo smoderato uso del medesimo produca a lungo andare una debolezza universale di nervi. Quelli che patiscono di acidità devono sfuggire tanto i vini aspri, quanto la birra. Il vino d'Ungheria in luogo dell' Austriaco sarà loro più proficuo. Nonostante però non è questa regola senza eccezione; chi crederebbe che un Uomo il quale soffre infinitamente di flatuosità, si trovi molto bene bevendo la birra, che ancora fermenta? Ma questo è tanto raro, quanto lo è, che una donna, la quale patisce d'acrimonia, senta gran giovamento dalla birra, o dai vini governati. Il prevedere tutte

(a) *Horn piccola Città dell' Austria Inferiore.*

tutte le conſeguenze, è così impoſſibile quanto lo è lo ſcuoprire quello che ſegue nell' interno del noſtro corpo. Ognuno ſi eſamini, e ſcelga ſecondo la ſua propria eſperienza: baſta, che abbia una guida che lo conduca quaſi a dito, ove principalmente debba dirigere la ſua attenzione. Se ſi accorge che i ſuoi accidenti vengano ſempre o ſpeſſe volte meſſi in moto da queſto cibo o da quella bevanda, richiede allora il ſuo prudente amor proprio di allontanare il male per mezzo di una cauta riſerva.

Qualche volta addiviene, che un metodo di nutrirſi abbia fatto del vantaggio o per lungo tempo, o certamente per alcuni meſi. La natura è capricciosa: dipende dalla noſtra prudenza di cedere ad eſſa in queſto caſo, e di cambiare alimenti. Generalmente è più naturale, che noi regoliamo tanto i cibi come le bevande, ſecondo i noſtri preſenti biſogni, di quello che noi chiediamo dalla natura un' egual compiacenza. Chi voleſſe fiſſar queſto anticipatamente, o voleſſe sforzare in ſimili caſi la natura, potrebbe pagare anche colla vita il ſuo pericoloſo tentativo. Un Medico attento conſiglierà ſopra di ciò a un malato, a norma delle circoſtanze per ciaſcheduno accidente, quello che non avrebbe potuto determinare giammai anticipatamente.

Ma benchè l' Infermo senta, che ormai può impunemente rischiare qualcosa di più, deve non ostante tenersi in guardia per difendersi sempre dai nocivi eccessi. Il mescere alla medesima tavola la birra, il Vermut, e varie sorte di vini non può esser che dannoso. La conseguenza inevitabile di tali mescolanze è una veemente fermentazione nello stomaco, dalla quale i corpi deboli hanno sempre da soffrire.

L' uso del Caffè o Rosolio dopo il pranzo è da rigettarsi affatto. Ognuno sente dopo tavola quanto gli sormonti il calore al viso, segno, che vien spinto più sangue verso le parti superiori. Chi oltre a ciò fa abuso di bevande spiritose, o calefacienti, si dispone a poco a poco ad una apoplessia. Si crede di ajutar con questo la digestione, ma chi proporziona il nutrimento alle forze del suo stomaco, non avrà bisogno di tali mezzi. Se abbiano tanta virtù digestiva, io non voglio deciderlo; forse a quelli in particolare, che hanno bevuto abondantemente del vino, gioverà altrettanto un bicchier d' acqua per promuovere il discioglimento dei cibi presi.

Il

## *Il Moto*.

SEnza moto si affievoliscono finalmente le parti solide del corpo, e le fluide si alterano. Per la conservazione della nostra salute è dunque necessario un moto regolare. In che consista la regolarità del medesimo non è parimente sì facile a decidersi. Si deve tutto insieme considerare il tempo, il luogo, la durata, la veemenza, e particolarmente il modo, con cui si fa il moto, acciocchè sia ordinato conforme le attuali circostanze. Quello che ad uno è bastante, ad un altro è troppo, a quello è poco. Come in tutte le cose, così nel moto salutevole della macchina, nulla è più difficile che il trovare la giusta misura.

Nell' Inverno l' ora più comoda per il moto è indubitatamente quella del mezzogiorno, viceversa nelle giornate calde non si può sceglier di meglio della mattina e della sera; cioè cominciando un' ora avanti il levar del Sole, e ritirandosi avanti il tramontare, affinchè l' aria fresca, o l' umidità, che cade non pregiudichi alle macchine sensibili. In un luogo ombroso impenetrabile ai raggi del Sole, non si è cer-

tamente ſottopoſti a queſta regola; ma ſi deve aver cura, che l'aria ſia eziandio pura, e baſtantemente libera.

Il far del moto ſubito dopo deſinare impediſce ſpeſſo l'adeguata, e regolar digeſtione. Ma ancora il girar troppo di buon ora, o dopo il tramontar del Sole, favoriſce di rado i malati Ipocondriaci; perchè l'aria umida e guazzoſa impediſce ſpeſſo la traſpirazione particolarmente quando ſi è veſtiti da Eſtate troppo leggermente. Del rimanente ogni Ipocondriaco ſi troverà ſollevato, quando egli può godere i ſuoi paſſeggi in una grata compagnía d'amici, con animo ilare, tra i ragionamenti piacevoli, e la diverſità degli oggetti; poichè oltre molti altri vantaggj, ch'ei ricava da queſte circoſtanze, non è l'ultimo quello di fargli dimenticare il ſuo male.

Non ſi può eſattamente preſcrivere la maggiore o minor durata del moto. Servirà per regola, che ſubito che uno diventa ſtracco o ſudaticcio, ſi riposi, acciocchè le forze del malato non ſi indeboliſcano troppo, ovvero non ſi perdano per il ſudore i ſughi utili. Sarebbe inconveniente eſtendere queſte regole di vita ancora ai ſani; altrimenti di quanti moti dovrebbero privarſi nel corſo dell'Eſtate. Ma continuare inutilmente il moto ogni giorno quaſi fino

si fino a spremere un copioso sudore, non è ben fatto neppure per i corpi sani.

Chi non ha la macchina assuefatta a moti veementi, fa male se gl' intraprende tutti in una volta. Questi invece di ristabilir la salute, ne guastano il poco che ne hanno. La macchina si può certamente assuefare a tutto, ma bisogna effettuarlo gradatamente. Ella è certamente cosa più sicura, e più utile il cominciare con movimenti piccoli, e moderati, e così continuare fino ai maggiori.

Niente vi ha di più ridicolo, ed insieme più pericoloso, che quando costoro, che a cagione del loro impiego, o per qualunque altro motivo sogliono starsene a sedere quietamente tutto il giorno, tutto in una volta si risolvono a moti violenti, per liberarsi, come dicono, dalle ostruzioni, e altri mali della vita sedentaria. Essi eleggono per appunto il mezzo di render peggiore quel che vorrebbero megliorare. Cosa mai si posson eglino augurar finalmente da moti sì violenti? I loro umori per il lungo, e continuo sedere, son diventati tenaci: dovrebbe il moto assottigliargli ad un tratto? nò certamente: piuttosto possono esser sospinti in un viscere nobile. Da questo derivano le ostruzioni, le quali giusto si vuole evitare: oppure, se già ve ne fossero,

ſero, potrebbero con facilità paſſare all' infiammazione. Inoltre di rado ſegue una forte, e particolarmente inſolita commozione ſenza ſpremitura di ſudore; allora gli umori che reſtano, divengono più tenaci, e la traſpirazione torna più facilmente in dietro, ſubito che uno ſi eſpone a una freſcura, la quale non ſuol tanto allettare, quanto dopo un moto violento.

Il modo più naturale di far del moto è anche il migliore. Le gambe accordateci dalla natura devono ſervirci non ſolo per le noſtre faccende, ma ancora per la conſervazione della ſalute. Perchè in queſta ſola guiſa, e quaſi non altrimenti ſi mettono tutti i membri aggiuſtatamente in movimento. A quelli, che per ogni ſorta di moto ſi trovano troppo deboli, rimane ancor la lettiga, ovvero ſe lo permettono le altre loro circoſtanze, poſſono andare per acqua, e poi trovandoſi meglio in forze provare il moto della carrozza, finchè i loro piedi ſi trovin forti abbaſtanza per un moto il più naturale, e ſalubre.

L' intraprendere un viaggio per luoghi piacevoli tende al medeſimo fine. Non ſolo il continuo ſcotimento dello ſtomaco, ma ancora la piacevole varietà degli oggetti diventa ſalutevole a un malato in viaggio; poichè l' uno e l' altro gli fanno

ſcor-

ſcordare il ſuo male, e danno ai ſuoi nervi un' altra diſpoſizione.

E molto vien conſigliato il cavalcare. Chi ha lo ſtomaco debole, o l' inteſtini troppo irritabili, deve ſempre ſperar del vantaggio da queſto ſcuotimento. Solamente non deve il moto eſſer intrapreſo con tanta violenza, nè ſubito dopo il pranzo. L' andar di trotto, o di galoppo ſarà dilettevole ai ſani; ma l' ammalato perde le ſue forze, e ſopravvenendo il ſudore perde ancora una buona parte dei ſuoi umori. Il cavalcar di paſſo o di contrappaſſo gioverà moltiſſimo al mio malato.

Chi ha per principal cagione dell' Ipocondría l' emoroidi, non troverà ſalutare il moto a cavallo. Giuſto i vaſi, in cui è la ſede del ſuo male, ſi riſcaldano principalmente: la conſeguenza è facile a indovinarſi; il ſangue vi concorre in maggior copia, e diſpone di nuovo alle emoroidi.

L' uſo delle fregagioni fatte o per tutto il corpo o particolarmente per tutto il ventre, produce, conforme ſpeſſe volte ho oſſervato un' effetto aſſai migliore del cavalcare. Si continuino però per più meſi la mattina a ſtomaco digiuno, ed uno può ſicuramente da queſto augurarſi dei grandi vantaggj. Un quarto d' ora il giorno baſterà; a chi l' effetto ſembra troppo piccolo

lo

lo sarà permesso spendere il doppio di tempo. La fregagione stessa si fa solamente assai mite, mentre così i vasi distesi riacquistano la primiera loro tensione.

Devo rammentare ancora, che nel moto come in tutte l'altre cose, delle quali ho trattato fin quì, tutto principalmente dipende dall'educazione e dalla consuetudine. Il ballare, il tirar di spada, e il correre son movimenti troppo violenti, che spesso apportano del danno; ma chi è una volta assuefatto, e non è immoderato nell' uso, difficilmente ne risentirà del male. Solo non si dica mai; io non ho dai moti i più violenti, che spesso ho continuati fino all'eccesso; risentito la minima cattiva conseguenza. Voglio concederlo; ma quando la ragione e l'esperienza c'insegna, che una cagione porti seco effetti dannosi, non ne segue perciò, che devano sempre presentarsi nel momento di questa cagione, nè tampoco che si devino subito sentire. Alle volte la medesima dispone il corpo a malanni che sono tanto più grandi, quanto più tardi compariscono, e finalmente a che giova, quando anche ci fusse per alcuni anni permesso, di eccedere oltrepassando la moderazione? Si arriva poi a un tempo in cui prima della nostra aspettativa risentiamo i più terribili effetti.

Quan-

Quanto la macchina dell' ammalato Ipocondriaco richiede un moto regolato, altrettanto è necessario al suo spirito di esser occupato: ove manca l' occupazione, e l' Ipocondriaco ha campo di riflettere sopra il suo male, la forza dell' imaginazione giocherà sicuramente, e peggiorerà la malattía. Non s' intende quì di parlare d' una soverchia, e forzata, e non interrotta applicazione dello spirito.

L' Ipocondriaco dovrebbe ordinariamente finire i suoi lavori di studio nelle ore avanti il pranzo, e ancora questi continuarli solamente fino che non sente stracchezza.

Quanto più varj questi saranno, e quanto più grati i loro soggetti, tanto meno pregiudicheranno all' individuo.

### *Il Sonno.*

Riguardo al sonno sarebbe desiderabile, che non si cambiasse l' ordine della natura. Vegliare la notte, e sacrificare una buona parte del giorno al sonno, non è egualmente salutevole ai nostri corpi, quanto il seguitare l' ordinario corso della natura. Io consiglio al mio malato, che a dieci

dieci ore vada a letto, e si levi alla più lunga alle sei della mattina. Non si creda che sia lo stesso il sagrificare le ore notturne, che altrettante del giorno; perchè l' esperienza c' insegna, che la traspirazione del corpo segue per appunto nelle ore surriferite. Chi resta troppo tempo a letto, disturba la traspirazione e la rende senza forze. Nulla adunque può esser più inculcato a quelli, che patiscono di affezioni nervose, quanto lo scuotere a buon' ora il sonno, e il levarsi presto. Nondimeno non voglio oppormi al diritto, che ha l'educazione, e la consuetudine su' i nostri corpi; così a quello ancora che è assuefatto a svegliarsi tardi, non consiglierei mai di attenersi a un altro metodo di vita. Un simil salto nella natura produce di rado un buon effetto. Dall' altra parte sò ancora, che si può mutare una inveterata consuetudine quasi a grado a grado, e con felice successo.

Chi è convinto dalla lunga esperienza, che il dormire dopo pranzo non gli è vantaggioso, farà meglio ad astenersene; almeno non dovrebbe estenderlo a più d' un quarto d' ora. Dopo aver pranzato ciascuno sente più caldo; unendo ancora il sonno, cresce il calore; colla positura stessa di chi giace in letto, viene il sangue maggior-

giormente ſpinto al capo, e vien poſto nel corpo il ſeme di diverſi mali. S' imitino le azioni degli Animali irragionevoli; perchè il loro naturale impulſo di conſervarſi non è ſtato guaſtato con artificj. Noi veramente vediamo, che eſſi generalmente ſi muovono tanto poco dopo l' ora del paſto, quanto d' Eſtate nel gran caldo: ſi ripoſano ordinariamente; ma non hanno premura di dormire in queſto tempo. Giacchè abbiamo comune agli animali la neceſſità del nutrimento, del ſonno, e del moto, non poco guadagneremo, penſava io, coll' oſſervazione e imitazione del loro contegno. Quanti che ſi lagnano di nottate ſenza ſonno, ſarebbero liberi di queſto male, ſubito che ſi riſolveſſero a una maggior ſvegliatezza nel giorno; perchè la natura avvicinandoſi la notte, deſidererebbe da ſe medeſima il ſonno, che gli è ſtato negato il giorno.

Non è ben fatto, che molti, appena cenato ſi mettano a letto. La cena dovrebbe precedere almen d' un' ora il ſonno, allora quando una parte della digeſtione è già fatta. La cagione è chiara; quanto più le vene dello ſtomaco, e dei vicini viſceri ſono oppreſſe dal peſo del cibo, tanto più viene ſpinto il ſangue verſo del capo. Da ciò o viene impedito il ſonno, o certamente

mente aggravato d'inquietudine, ed il capo disposto a varie gravose malattíe.

## *Delle Passioni*.

A Chi la natura, e la filosofia hanno concessa bastante indifferenza nella sinistra fortuna, resterà il corpo libero da molte malattíe egualmente che lo spirito, dalle inquietudini. Pochi sono peraltro quelli i quali si posson gloriare d'un sì benigno temperamento, e senza questo posson benissimo i raziocinj filosofici molte volte produrre ottimi effetti; ma purgar gli Uomini di tutti i difetti non riuscirebbe ad essi che di rado, e nei soggetti straordinari. E' dunque difficile che vi possa arrivare la Scienza Medica. Noi possiamo sempre dire al malato Ipocondriaco, che si guardi dalla collera subitanea, dalla mestizia, dal timore senza fondamento, e da altre angustiose passioni, che ei limiti i suoi desideri, e che non fondi la sua contentezza negli esteriori casi di fortuna, nelle sciocche opinioni degli Uomini, ma nella sua propria perfezione. Ma invano: un accidente improvviso lo mette in spavento, esalta la sua bile, lo immerge nella melanconía, riempie la

la sua fantasía di sì vive imagini del suo futuro destino, che un' affannoso timore penetra tutti i suoi nervi.

Felice quello, che dall' infanzia ha imparato a moderare i suoi desiderj, ed ha dalla natura una mediocre dose di sensibilità, cosicchè sono a lui indifferenti molte cose, di cui altri avidamente sen vanno in traccia. Ma comunemente tutti quelli, che patiscono di affezioni nervose, sono meno padroni delle loro passioni; perchè i loro troppo irritabili nervi li rendon capaci delle più vive impressioni. Egli è molto lodevole, che essi chiamino in tali circostanze la filosofia in soccorso; ma un Medico esperto non porrà per altro tutta la sua fiducia in questo rimedio. Quanto più gl' Ipocondriaci si occupano in ricercare sufficienti ragioni da consolarsi, rigettano quelle, adottano queste, e di nuovo le trovano troppo deboli; tanto più riflettono al loro male, acquietano di rado il loro cuore, e indeboliscono il loro spirito con troppo occuparlo.

I medicamenti in questo caso non possono far vantaggio; il loro ufizio è piuttosto di levar gli accidenti, i quali sono eccitati dalle risvegliate passioni. Se dunque l' Ipocondriaco vuol far cessare questa sorgente del suo male, la quale è pur trop-

po grande, non deve ricorrer più ai medicamenti, che ad altri rimedj passeggieri. Una savia previdenza nell'evitare tutti quegli oggetti, che inquietano il suo animo, una buona disposizione di cuore per mutare una passione afflittiva in un desiderio, che all' Uomo è quasi balsamico, o per certo non tanto nocivo, una piacevole dissipazione, e occupazione, particolarmente poi la prudente condotta di un Amico sono il miglior contravveleno per tutti questi mali, che le passioni cagionano nella nostra macchina.

Io non conosco per il corpo umano passione peggiore del timore, e della tristezza; e queste appunto sono proprie degl' Ipocondriaci. Si rassomigliano all' antiche furie, le quali tormentano lo spirito di giorno, ed in sogno ancora gli presentano il loro spavento. La tristezza gli occupa assai lungo tempo, scuote tutta la macchina, e principalmente i nervi. Il togliere il suo male è difficile. Si pensa continuamente agli oggetti, che ne sono la causa; uno s' immerge ogni giorno più nella mestizia, si cerca la solitudine, si ha contraggenio per qualunque distrazione, e si fugge l'umana società, dalla quale unicamente sarebbe ancora sperabile, il sollievo, la consolazione, e la guarigione.

Se

Se ci riesce per qualche intrapresa occupazione, che richieda tutto lo spirito di allontanare il nostro cuore dagl'oggetti del timore, e rivolgerlo ad altri, che siano di tutta la nostra soddisfazione, abbiamo quasi guadagnato la causa. I nervi acquistano un' altra disposizione, e l'imagini spaventevoli svaniscono a poco a poco. Chi non è da se stesso in grado di occupare in questa guisa il suo spirito, cerchi grate compagníe: gli spettacoli, la musica, il vino preso moderatamente, il moto per ameni luoghi, i piccoli replicati, e piacevoli viaggi non saranno mai senza effetto. Da nessuno di questi mezzi da per se solo è sperabile l' intera guarigione: tutti devono combinarsi, e cambiando di continuo scacciarne la noja, che agli Ipocondriaci suol presto affacciarsi.

Di tutti i movimenti piacevoli del cuore, non ve n'è alcuno, che sia più giovevole al corpo umano, della speranza. Essa guarisce, ancorchè c'inganni; mentre per suo mezzo godiamo quasi nel momento stesso la grata sensazione di un futuro, ancorchè spesso puramente ideato bene. L' Ipocondriaco non può con bastante premura andare in traccia di essa: Perciò fanno assai bene quei vecchioni, i quali fabbricano palazzi, e giardini, senza esser forse sì

felici da vedere il compimento dei medesimi. Sono già indennizzati dalla speranza, che giornalmente promette loro qualche cosa di piacevole.

Se tutto questo non giova, se l'imagini del timore, e della tristezza, che avvilisce in mezzo alle distrazioni, ed occasioni, che eccitano la speranza, ritornano; allora io non conosco rimedio migliore di affidarsi intieramente ad un Amico, seppure si è tanto felice di averne in qualche modo meritato, o trovato uno. Lo sfogo del nostro cuore, la parte che prende l'amico, i suoi consiglj, e la sua efficace assistenza, o toglieranno il male, o lo mitigheranno. Ma l'Ipocondriaco deve generalmente figurarsi di non esser punto in stato da farla seco da consigliere: egli non solo deve ascoltare il consiglio del suo Amico, ma eseguirlo ancora; e rimettersi quasi totalmente nelle sue braccia; Comunemente gl'Ipocondriaci sono i più testardi essi credono di veder meglio ogni cosa, hanno fatto maggior riflessione degli altri alle loro circostanze, e non considerano, che per appunto il troppo riflettere, è la cagione, per la quale essi quasi nulla conoscono della loro ordinaria situazione.

Quando io parlo dei rimedj contro le passioni stravaganti, non intendo l'abuso nella

nella voluttà, a cui solamente la continenza può esser contrapposta: questo abuso è uno dei maggiori mali, che cagiona l'Ipocondría, e quando esiste attualmente la rende incurabile. Molti giovani negli anni più teneri si son resi vecchj snervati. E nel tempo medesimo in cui dovrebbero godere la massima allegría nell' età giovenile si lagnano della debolezza dello stomaco, della vista, delle gambe, della memoria, ed incapaci a goder dell' allegrezza della gioventù, incapaci ai lavori, consumano i loro dolenti giorni con disgusto. Se sopraggiunge ancora la noja del piacere, allora il loro corpo soggiace a due mali, e la consumazione è la final conseguenza delle loro stravaganze. Il rappresentarsi avanti gli occhi tutti questi mali, ed una ferma risoluzione di evitare quelle occasioni, che posson dar motivo a sì dannosi stravizj, devonsi riguardare come mezzi più efficaci, per sottrarsi da una passione il di cui eccesso apre piaghe così incurabili.

## *L' Evacuazioni*.

LA traspirazione, l'orina, ed il benefizio corporale sono le tre ordinarie specie, per mezzo delle quali seguono l'evacuazioni del nostro corpo. Quanto più son regolari, tanto più si sarà libero dagli attacchi Ipocondriaci. Se una di queste evacuazioni è impedita, non vi sarà meraviglia che risorga il male vecchio. Non ne farò ulterior menzione, non ostante che debbano esser di molta conseguenza per gl' Ipocondriaci; perchè sull' attenzione che si deve avere affinchè non venga impedita la traspirazione, ho sparso quà, e là secondo le occasioni i necessarj avvertimenti. Così ho consigliato al mio Lettore di non passar tanto facilmente ai solutivi in caso di stitichezza, mentre si otterrebbe è vero, un breve sollievo, ma non si farebbe che aumentare la cagione del male, cioè la debolezza de' nervi. Però quando non si sente affanni, ovvero tumefazione nel basso ventre, si stia pur tranquilli, poichè l'evacuazione viene da se stessa; in caso contrario bisognerebbe ajutarsi con erbaggj, frutte cotte, o con un lavativo che è ordinariamente la più mite.

Se i mali dei nervi derivano dalle trattenute purghe mensuali, da emoroidi, da piaghe non sanate a tempo, o da efflorescenze retropulse, allora bisogna abbandonarsi a un Medico prudente. Sta a lui ad esaminare esattamente, quali cause sono precedute, qual' effetto ne sia seguito, quali parti principalmente soffrono, e con quali mezzi efficaci convenga opporsi al male.

Il trattare estesamente tutte le specie d' evacuazioni del nostro corpo, l' analizzar tutti, o solo i principali sintomi, l' osservare, e il ponderare ogni circostanza importante, ogni mutazione, richiederebbe un ampio volume, che pure nulla, o almen poco gioverebbe al mio Lettore, perchè gli manca la necessaria cognizione della Scienza Medica, e l' esperienza egualmente necessaria.

Del rimanente qualunque cosa abbia detto della vita metodica, appartiene propriamente al malato solo, che è tormentato da affezioni nervose. A sua consolazione io lo posso assicurare, che io ho veduto molti guariti per l' osservanza del suddetto metodo, dopo avere speso senza frutto nei più costosi medicamenti. Kormaro per mezzo di un esatto metodo di vita, che cominciò l' anno trigesimo quinto dell' età

sua,

sua, arrivò fino al centesimo. Io non posso peraltro promettere questo ad alcuno; ma giovamento almeno, se non totale ristabilimento si può attendere sicuramente. I sani non sono obbligati a questa prescrizione; nondimeno l'osservanza di alcune regole di contegno, di quelle in particolare, che son più adattate al loro temperamento, alla loro attual situazione, e al restante loro metodo di vita, molto contribuiscono a render durevole la loro sanità.

A chi non è permesso dalle sue circostanze di vivere secondo tutte le quì prescritte leggi, sarà bastante di osservarne alcune, e quando sarà loro possibile. Ma quegli che non hanno voglia di sottometersi a una stretta regola di vita, devono incolpare se stessi, se in vece di guarire consumano i rimanenti giorni dell'inferma loro vita in continove malattíe, e se devono quasi ogni giorno sentir l'amarezza della morte.

*F I N E.*



